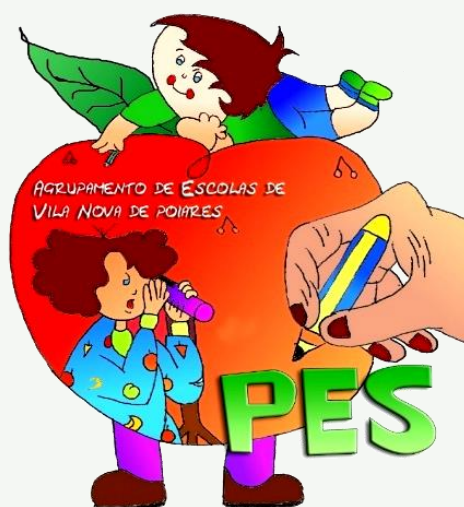


AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILA NOVA DE POIARES



2022/2023

PROGRAMA DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE
Plano de Atividades

Outubro de 2022

ÍNDICE

NOTA INTRODUTÓRIA	3
1. EQUIPA	5
2. PLANO DE AÇÃO - CRONOGRAMA GERAL	6
3. AVALIAÇÃO	12

NOTA INTRODUTÓRIA

A Organização Mundial de Saúde definiu em 2009 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”.

Baseado neste conceito, a Direção-Geral da Educação apresentou o novo Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES), que foi homologado por despacho do Senhor Secretário de Estado do Ensino Básico e Secundário em 3 de setembro de 2014, com enfoque nas seguintes áreas:

- Saúde Mental e Prevenção da Violência
- Educação Alimentar
- Atividade Física
- Comportamentos Aditivos e Dependências
- Afetos e Educação para a Sexualidade

As finalidades deste Programa são:

- Promover a literacia em saúde;
- Promover atitudes e valores que suportem comportamentos saudáveis;
- Valorizar comportamentos que conduzam a estilos de vida saudáveis;
- Criar condições ambientais para uma Escola Promotora de Saúde;
- Universalizar o acesso à educação para a saúde em meio escolar;
- Qualificar a oferta da educação para a saúde em meio escolar;
- Consolidar o apoio aos projetos em meio escolar.

Visão – Crianças e Jovens constroem projetos de vida e sociedades saudáveis.

Missão – Dotar as crianças e jovens da educação pré-escolar, ensinos básico e secundário com os conhecimentos, capacidades, atitudes e valores que lhes permitam valorizar e adotar comportamentos e estilos de vida saudáveis ao longo da vida, desenvolvendo todo o seu potencial como cidadãos ativos, produtivos e responsáveis.

Princípios:

- Desenvolver e manter uma comunidade escolar democrática, inclusiva e participativa;
- Gerar nos alunos e pais/encarregados de educação o sentimento de pertença na vida da escola;
- Implementar estratégias de intervenção diversificadas;
- Explorar as questões de saúde no contexto da vida dos alunos e da comunidade;
- Disponibilizar oportunidades de desenvolvimento das competências dos professores e do pessoal não docente;
- Criar um ambiente social que fomente as relações abertas e sinceras no seio da comunidade escolar;
- Assegurar um espaço escolar seguro, respeitador do ambiente e promotor de saúde;
- Promover relações positivas entre a escola e a família, e a comunidade alargada;
- Desenvolver uma política de escola que propicie as melhores expectativas dos alunos no que diz respeito às suas relações sociais e ao seu sucesso escolar.

Neste contexto, o PES (Promoção e Educação para a Saúde) no Agrupamento, será implementado em articulação com o Projeto Educativo da Escola, dando continuidade ao trabalho desenvolvido, numa lógica de transversalidade e transdisciplinaridade, adequada aos diferentes níveis etários, dinamizada em articulação com o Centro de Saúde de Vila Nova de Poiares e, sempre que possível, em colaboração com entidades externas. No âmbito da Estratégia Nacional da Educação para a Cidadania surge a componente de Cidadania e Desenvolvimento, como área de trabalho transversal, de articulação disciplinar, com abordagem de natureza interdisciplinar, onde o domínio da Saúde é obrigatório para todos os níveis e ciclos de escolaridade, cabendo à escola aprovar a sua Estratégia de Educação para a Cidadania. Esta nova área será muito importante na concretização de ações de apoio ao crescimento e ao desenvolvimento pessoal e social dos alunos, visando igualmente a promoção da saúde e a prevenção de comportamentos de risco (artigo 21, ponto 5, e) do Decreto-Lei nº 55/2018, de 6 de julho).

Este documento apresenta como objetivos gerais para este ano letivo os seguintes:

- Dar continuidade ao trabalho que tem vindo a ser desenvolvido em anos anteriores;
- Fortalecer parcerias para a construção de uma rede promotora de saúde das crianças e jovens do concelho de Vila Nova de Poiares;
- Avaliar as atividades desenvolvidas ao longo do ano, usando diferentes instrumentos de avaliação;

- Potencializar as diferentes estratégias (projetos, visitas de estudo, campanhas...) dos grupos disciplinares de acordo com os princípios de uma ESCOLA SAUDÁVEL no âmbito da Autonomia e Flexibilidade Curricular.

1. EQUIPA

A Equipa de Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas de Vila Nova de Poiares é composta por pessoal e não docente, em colaboração permanente com o Centro de Saúde de Vila Nova de Poiares, associação de pais e de estudantes e outros.

1.1. Equipa de Coordenação:

- Albertina Ramos – Adjunta do Diretor
- Sérgio Silva - Coordenador do 1º Ciclo
- Gabriela Pereira - Coordenadora do Pré-Escolar
- João Santiago - Coordenador do 2º/3º Ciclos
- Justina Cruz - Coordenadora do Ensino Secundário
- Lúcia Pinto - Coordenadora do PES

1.2. Equipa alargada:

- Natália Henriques- Chefe dos Serviços de Administração Escolar
- Fátima Guedes – Coordenadora dos Assistentes Operacionais
- Lúcia Pinto – CPCJ
- Psicóloga Escolar – Paula Cabral/ Andreia Carvalho
- Soraia Fernandes -Educadora Social
- Patrícia Marques - Técnica de Informática
- Enfermeiros da UCC (Paula Santos, Ana Violante, Jaime Pereirinha)—Centro de Saúde Vila Nova de Poiares
- CATL
- CLDS
- Associação de Pais
- Associação de Estudantes
- Bombeiros Voluntários de Vila Nova de Poiares
- Proteção Civil
- Autarquia

2. PLANO DE AÇÃO - CRONOGRAMA GERAL

Referencial de Educação para a Saúde

- a) Saúde Mental e Prevenção da Violência (SMPV)
- b) Educação Alimentar (EA)
- c) Atividade Física (AF)
- d) Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD)
- e) Afetos e Educação para a Sexualidade (AES)

Dias temáticos								
Atividades/Projeto	Dinamizadores	Público-Alvo	Calendarização	Dimensões do PE Prioridades*				Referencial Saúde
				1	2	3	4	
2º Percurso Pedestre - visita à zona urbana e florestal da aldeia de São Miguel de Poiares	PES/PNPSE/Ciência Viva/Eco-Escolas/ERASMUS+/PNA	Pessoal Docente	28 setembro	x	x			AF
Setembro "Dourado"	CATL/SPO	Comunidade educativa	setembro	x	x	x		EA
Outubro "Rosa"	CATL/SPO	Comunidade educativa	outubro	x	x	x		EA
Dia Mundial da Alimentação	PES/PNPSE/UCCporPoiares	Comunidade educativa	17 de outubro	x	x	x		EA
Dia Mundial de combate ao <i>bullying</i>	SPO/PNPSE	Comunidade educativa	20 de outubro	x	x	x		SMPV
Novembro "Azul"	CATL/SPO	Comunidade educativa	novembro	x	x	x		
Dia de aulas ao ar livre	PES/ Eco-Escolas	Comunidade educativa	3 de novembro	x	x	x		AF
Dia Europeu da Proteção das Crianças contra a Exploração Sexual e o Abuso Sexual	PES/CPCJ/PNPSE	Comunidade educativa	18 de novembro	x	x	x	x	SMPV

Dia Internacional dos direitos das crianças / Dia Nacional do pijama	PES/CPCJ/ UCC /PNPSE/SPO	Comunidade educativa	20 de novembro	x	x	x	x	SMPV
Semana da Floresta Autóctone	PES/ Eco-Escolas	Comunidade educativa	12 a 16 de dezembro	x	x	x		EA/AF
Árvore solidária – 3ª Edição	PES/ Eco-Escolas/PNPSE/CATL	Comunidade educativa	novembro a dezembro	x	x	x		EA
Dia Internacional dos Direitos Humanos	Alunos do 7ºAno e Secundário (Cidadania e Desenvolvimento)/PNPSE	Comunidade educativa	10 de dezembro	x	x	x	x	SMPV
Dia Escolar da Não Violência e Paz	PES /PNPSE/Cidadania e Desenvolvimento	Comunidade educativa	31 de janeiro	x	x	x		SMPV
Dia Mundial de luta contra o cancro	PES/UCC porPoiares/ CATL	Comunidade educativa	4 de fevereiro	x	x	x		EA
Dia da Internet + Segura	PES/PNPSE	Comunidade educativa	7 de fevereiro	x	x	x		CAD
Dia dos Namorados	PES /PNPSE/PNA/SPO	Comunidade educativa	14 de fevereiro	x	x	x	x	AES
Mês de prevenção dos maus tratos na Infância	PES/CPCJ/UCCpor Poiares/ PNPSE/CATL	Comunidade educativa	abril	x	x	x	x	SMPV
Dia Internacional da Família	PES/PNPSE	Comunidade educativa	15 de maio	x	x	x	x	SMPV
Dia Mundial do Ambiente	PES/Eco-Escolas	Comunidade educativa	5 de junho	x	x	x	x	EA/AF

Semanas temáticas								
Atividades/Projeto	Dinamizadores	Público-Alvo	Calendarização	Dimensões do PE Prioridades*				Referencial Saúde
				1	2	3	4	
Semana da Alimentação	PES; Dep. Ciências; Eco-Escolas Projeto ERASMUS+; BE; UCC; CLDS 4G; PNPSE; Nutricionistas; CATL; Cursos Profissionais; outros	Comunidade educativa	12 a 16 de dezembro	x	x	x	x	EA
Semana da Saúde e da Segurança	PES; PNPSE; UCC; CATL BE; AHBV-VNP; GNR- Escola Segura; Cursos Profissionais; outros	Comunidade educativa	27 a 31 de março	x	x	x	x	CAD SMPV AF

Atividades/Projetos								
Atividades/Projeto	Dinamizadores	Público-Alvo	Calendarização	Dimensões do PE Prioridades*				Referencial Saúde
				1	2	3	4	
Divulgação do Programa de Educação para a Saúde	PES	Comunidade educativa	Ao longo do ano	x	x	x	x	CAD SMPV EA EAS
GATO(A)	Enfermeiros UCC Educadora Social Coordenadora do PES	Comunidade educativa	Ano Letivo (outubro a junho)	x	x	x	x	CAD SMPV EA EAS
Projeto “Bochechos Fluoretados”	Enfermeiros UCCpor Poiares Prof. Do 1.º ciclo	Alunos do 1º ciclo	Ao longo do ano	x	x	x		EA
Projeto SOBE+	Enfermeiros UCC Biblioteca escolar Educadoras de infância	Crianças da Educação Pré- Escolar	Ao longo do ano	x	x	x		EA
Projeto +Contigo	UCCporPoiares	Turmas 8.º ano	Ao longo do ano	x	x	x	x	SMPV
Atividades do Grupo Disciplinar de Ed. Física (promoção da atividade física e desportiva curricular e clubes)	Grupo disciplinar Ed. Física	Comunidade educativa	Ano Letivo (setembro a junho)	x	x	x		AF
Projeto Eco-Escolas (Temas: Alimentação saudável e sustentável;	Coordenador Eco-Escolas	Comunidade educativa	Ao longo do ano	x	x	x		EA
Alergias e intolerâncias alimentares	UCCporPoiares	Comunidade educativa	Ao longo do ano	x	x	x		EA
Rastreios Curso Prof. Restaurante e Bar	Centro de Saúde - UCC	Alunos Curso Profissional	2º período	x	x	x		
SBV	Bombeiros Voluntários VNPoiares	Alunos do 9ºAno	2º período	x	x	x		
Projeto SAB+	Técnicas do Município/ UCCpor Poiares	Famílias e alunos do 1º Ciclo	Ao longo do ano	x	x	x		SMPV
Projeto “Gostar de Mim”	Escola Superior de Enfermagem de Coimbra	Crianças do Pré-Escolar	1ºPeríodo	x	x	x		

Projeto “Olá! Eu sou...”	SPO Andreia Carvalho	Alunos 1ºCiclo	Ao Longo do Ano Mensal	x	x	x		
Projeto “E agora...???”	SPO Andreia Carvalho	Alunos do 4ºano do 1º ciclo.	3º período Quinzenal	x	x	x		SMPV
“Consciente de mim e dos outros”	SPO Andreia Carvalho	Alunos do 8ºAno	Ao longo do ano Quinzenal	x	x	x		SMPV
Projeto “A Sexualidade na Terra do coração”	SPO Dra. Paula Cabral	Alunos do 5.ºano	Ao longo do ano	x	x	x		AES
Projeto “A pairar sobre o meu corpo”	SPO Dra. Paula Cabral	Alunos do 6.ºano	Ao longo do ano	x	x	x		AES
Dinamização <i>moodle/ Instagram</i>	Coordenadora PES	Comunidade educativa	Ao longo do ano	x	x	x	x	
Apresentação da candidatura ao Selo Escola Saudável	Coordenadora PES	Comunidade educativa	3º período	x	x	x		
Apresentação da candidatura ao Selo Escola Amiga da Criança	Coordenadora PES	Comunidade educativa	3º período	x	x	x		
Apresentação da candidatura ao Selo Protetor	Coordenadora PES	Comunidade educativa	3º período	x	x	x		

Ações de formação/Sessões de sensibilização/Webinares/Workshops								
Temática(s)/ Designação	Dinamizadores	Público-Alvo	Calendarização	Dimensões do PE Prioridades*				Referencial Saúde
				1	2	3	4	
Prevenção do consumo de substâncias psicoativas	PES/ Escola Segura	Alunos do ensino secundário	A definir	x	x	x		CAD
Academia Digital para Pais	Direção do Agrupamento, PNPSE	Encarregados de Educação	1.º/2º Período	x	x	x	x	CAD
Workshop “ Mitos e verdades sobre alimentos”	CLDS 4G “Somos Um Só”	Encarregados de Educação	1º Período	x	x	x		EA
Estratégias de mindfulness.	A definir	Pessoal Docente	1º ou 2º Período	x	x	x		
Ação SaudavelMente: “Aqui Para Ti – Conversas d’ Afetos”	PNPSE – Educação Social SPO	Pessoal docente e não docente	A definir		x	x		
Formação Técnica: “Grupo de partilha SerenaMente”	PNPSE – Educação Social	Pessoal não docente	A definir		x	x		
SBV (6H)	Bombeiros Voluntários VN Poiães	Pessoal Não Docente	A definir	x	x	x		
SBV (6H)	Bombeiros Voluntários VN Poiães	Pessoal Docente	A definir	x	x	x		
Utilização de extintores	Bombeiros Voluntários VN Poiães	Pessoal Não Docente	A definir	x	x	x	x	
Autismo	A definir	Pessoal docente/EE	A definir	x	x	x		

As ações de formação/sensibilização para os alunos serão calendarizadas, posteriormente, de acordo com as temáticas solicitadas pelos Diretores de Turma.

3. AVALIAÇÃO

A avaliação do projeto deverá revestir-se de um carácter predominantemente formativo, contínuo, com observação direta e utilização de questionários numa perspetiva de valorização do empenho dos alunos e docentes neste projeto. É de referir que nestes questionários também serão solicitados comentários e sugestões aos destinatários. As sugestões apresentadas constituirão importantes informações a ter em conta na planificação e realização de outras atividades.

O plano de avaliação passa por avaliar os comportamentos/reações que os alunos manifestam durante a realização das diversas atividades, o interesse demonstrado e a participação, assim como a concretização das atividades e o impacto destas iniciativas na alteração de hábitos. O programa será avaliado trimestralmente em reunião da equipa. No final do ano letivo, proceder-se-á à avaliação final e à elaboração do respetivo relatório, com a apreciação de todo o trabalho desenvolvido e a apresentação de sugestões para o próximo ano letivo.

O Programa da Educação para a Saúde pretende ser uma proposta de trabalho que poderá vir a ser reformulada de acordo com as sugestões dos vários intervenientes no projeto.

Vila Nova de Poiares, 10 de outubro de 2022

A Coordenadora

Lúcia Cristina Pinto