



Projeto Educação para a Saúde (PES)

Ano letivo 2022/2023

Eixo de intervenção		
Apoio à melhoria das aprendizagens - Prevenção do abandono, absentismo e indisciplina		
Objetivos		
<ul style="list-style-type: none"> • Incrementar a noção de Saúde – “... bem-estar físico social e mental e não apenas a ausência de doença e/ou enfermidade” (in OMS) • Dotar os alunos de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas ao seu bem-estar físico, social e mental. • Contribuir para a promoção da educação alimentar, da saúde sexual e reprodutiva, nomeadamente a prevenção da gravidez não desejada e das IST e a promoção da atividade física regular. • Desenvolver a consciência cívica de toda a comunidade como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos responsáveis ativos e intervenientes. • Criar o sentido de responsabilidade de cada um na promoção da saúde individual e coletiva. • Fomentar hábitos de vida saudável, como atitude preventiva da doença e promotora da saúde. • Promover o respeito à diferença e pela pessoa do outro, nomeadamente pelos seus valores, orientação sexual e as suas características físicas. 		
Público-alvo		
Alunos de todo o Agrupamento		
Parcerias		
<p>Equipa SAÚDE ESCOLAR UCC Âncora – Enfermeiras: Cláudia Sequeira, Ana, Elsa, enfermeiro José António F. Gomes</p> <p>Liga-te + - Entidade pertencente à Liga Portuguesa contra o Cancro;</p> <p>Equipa de Saúde Ambiental do ACeS (Agrupamento de Centros de Saúde) Grande Porto VII - Gaia;</p> <p>Colaboradores da Comunidade Educativa (Amélia Lima, Belmira Paiva, Equipa da Biblioteca, docentes de CN de 2ºciclo, Docentes do 1ºCiclo e pré-escolar, Susana Guedes, ...)</p>		
Monitorização	CrITÉRIOS de sucesso	Indicadores
Trimestral com avaliação de cada atividade desenvolvida e de acordo com a calendarização	Grau de satisfação dos alunos.	Resultado do inquérito aplicado.
	Grau de satisfação do dinamizador, docentes colaboradores e/ou parceria	Resultado do inquérito aplicado.
Responsáveis		
Docentes: Irene Simões (Coordenadora), Elisa Oliveira		

**Atividades a desenvolver****Sexualidade****Descrição/Metodologia**

Abordagem de temáticas no âmbito do sistema reprodutor: métodos contraceptivos e IST, higiene; Sociedade e Relações Interpessoais: Competências relacionais, Papéis sexuais, Orientação Sexual.

Dinamizado pelos enfermeiros. Cada turma com duas sessões. Pode ser em duas semanas seguidas e 2 a 3 turmas no mesmo dia

Público-alvo: alunos de 9ºano

Calendarização: 2º semestre: Janeiro/fevereiro

Local: em sala de aula

Avaliação:

Onda Rosa**Descrição/Metodologia**

Após uma reunião conjunta online com os elementos do Liga-te+ e no âmbito do cancro e em especial do cancro da mama, lançaram um desafio: 350 mil rastreios ao cancro da mama em 2021 e associar este número a uma qualquer atividade que se queira dinamizar.

Sugere-se envolver as docentes de Educação Física e dinamizar uma atividade tendo por base esse número.

Distribuir laços elaborados pela equipa, para utilização durante uma semana, por toda a comunidade educativa

Público-alvo: Comunidade educativa do Agrupamento

Calendarização: outubro de 2022

Avaliação:

Leitura Solidária - IPO**Descrição/Metodologia**

No sentido de sensibilizar para a importância da leitura e da solidariedade, foi solicitada a colaboração dos elementos da Biblioteca Escolar para a seleção de livros e de alunos para realizarem a leitura em áudio. Com a colaboração de docentes do agrupamento e de alunos do primeiro, segundo e terceiro ciclos e com a dinamização e organização da responsável pelas Bibliotecas escolares do Agrupamento, Belmira Paiva.

Aos alunos participantes será dado um certificado de participação. Os áudios serão enviados para a Dra. Cristiana Fonseca, a responsável da atividade. Esta atividade será divulgada na página do Agrupamento, no Separador do PES.

Calendarização: 2º semestre

Avaliação:

A importância da água**Descrição/Metodologia**

No âmbito do Dia Mundial da Água (22 Março), sessão de esclarecimento sobre a importância da água, dinamizada pela equipa de Educação Ambiental do ACEs. (Dra. Ana, contato com as enfermeiras)

Público-alvo: alunos de 8ºano

Calendarização: 2º semestre: maio

Local: em sala de aula

Saúde Oral**Descrição/Metodologia**

A pedido do responsável pelo Programa Nacional de Promoção da Saúde Oral 2022/2023 - Cheques Dentista,



no mês de out/nov serão realizadas as listas dos alunos deste Agrupamento de Escolas, nascidos em 2009, 2012 e 2015 e ser-lhe-ão enviadas.

No final do 1º semestre serão distribuídos pelos diretores de turma/titulares de turma, os Cheques Dentista que chegam ao Agrupamento.

Apoio pelo enfermeiro

Descrição/Metodologia

Presença do enfermeiro uma vez por semana, durante 2 h para receber alunos.

Será por agendamento e marcação. Aguarda-se definição do dia e hora, para posteriormente passar informação à Coordenadora do DT (Joana Poças) para divulgar aos DT/às técnicas

Dia Mundial da Alimentação

Exposição no placard com cartazes e outros, alusivos ao dia mundial da alimentação no sentido de uma sensibilização para uma alimentação saudável.

Disponibilizar na semana de 17 out, fruta na sala dos professores e funcionárias

Referenciação para Equipa de Saúde Escolar

Descrição/Metodologia

Preenchimento das fichas de referenciação de alunos que apresentam Necessidades de Saúde Especiais (NSE), resultantes de problemas de saúde física e mental que tenham impacto na funcionalidade (doença crónica e necessidade de terapêutica de emergência: diabetes, epilepsia, asma, alergias, entre outros... ; deficiência, perturbações do desenvolvimento, perturbações emocionais e do comportamento) e que produzam limitações acentuadas em qualquer órgão ou sistema, impliquem irregularidade na frequência escolar e possam comprometer o processo de aprendizagem.

Objetivo: realização de planos de saúde individuais, pela equipa de saúde escolar, para cada criança/jovem com NSE, de forma a avaliar as condições de saúde na funcionalidade e identificar medidas de saúde a implementar, visando melhorar o processo de aprendizagem.

Calendarização: ao longo do ano letivo

Avaliação:

Formações na área da Saúde

Descrição/Metodologia

Formação em Saúde Mental (ACD): “Primeira Ajuda na Saúde Mental - PASM” dinamizada pelo enfermeiro

José António von Stein Ferreira Gomes - 3h com creditação

Objetivos: formar e sensibilizar para o modo de atuação perante uma situação de sofrimento mental; colaborar na melhoria contínua do ambiente escolar, atuar perante situações de sofrimento mental e na melhoria da capacidade de aprendizagem de todos os alunos.

Público-alvo: docentes e não docentes

Calendarização: 6 de setembro às 9:30h (não docentes) e às 14:30h (docentes)

Local: auditório

Responsável: Equipa PES

Avaliação: já realizada pelos docentes. Falta avaliação realizada pelos não docentes

Formação no âmbito das alergias alimentares e anafilaxia: dia 03/10 às 15h30 na EB de Vila D'Este

e dia 04/10 às 12h na EB Balteiro.

Recolha no Agrupamento dos problemas de saúde dos discentes

Descrição/Metodologia

Recolha dos dados sobre a saúde dos discentes, até final de novembro. Realizar a organização dos dados de Saúde do Agrupamento, a partir da análise dos PTT e das referenciações para a Equipa de Saúde Escolar, no programa Power BI e foram divulgados à Direção, à Equipa do EMAEI e às técnicas do SPES.

Público-alvo: Comunidade educativa



Calendarização: apresentar PowerBI no final do 1º semestre

Responsável: equipa PES

Avaliação:

Participação no concurso “Escola amiga da criança”

Descrição/Metodologia

No dia 23 e 29 de junho de 2022, participação no concurso “escola amiga da criança” na categoria “alimentação e estilo de vida saudável” com dois projetos: “Pela tua saúde, come sopa e fruta!!” e “lanche saudável”.

Este concurso atribui um selo “Escola Amiga da Criança” bem como prémios para os vencedores de cada categoria. Aguardamos o resultado desta participação que está previsto ser publicado no início deste ano letivo.

Pensar na possibilidade de participar novamente e de acordo com o trabalho que desenvolvermos.

Responsável: equipa PES

Programa Educativo sobre a adolescência

Descrição/Metodologia

Através do contacto do “Acerca de ti”, o PES promove a participação no programa educativo sobre a adolescência, desenvolvido pelas marcas de higiene feminina Evax, Tampax e Ausónia. Este programa está especialmente pensado para os alunos de 6º ano e focado nas mudanças físicas e emocionais mais importantes.

Após o contacto e a inscrição da escola/turmas do 6º ano, serão recebidos kits para distribuir pelos alunos.

Com a colaboração **das docentes de 6º ano de Ciências Naturais**, os kits serão entregues aos rapazes e às raparigas de todas as turmas de 6º ano.

Público-alvo: alunos do 2º ciclo

Calendarização: no 2º semestre

Local: sala de aula

Responsável: equipa PES e docentes de CN do 2º ciclo

Avaliação:

Programa + contigo

Descrição/Metodologia

No quadro concetual do Programa Nacional de Saúde Escolar (DGS, 2015) integra a promoção da saúde, em particular da saúde mental e das competências socio-emocionais, como pontos nucleares das intervenções da Saúde Escolar. O Programa Mais Contigo sempre entendeu a escola como um contexto privilegiado para a implementação de ações e programas de promoção da saúde mental e de prevenção dos comportamentos suicidários, envolvendo toda a comunidade educativa. O Programa Mais Contigo constitui-se como um projeto de investigação do tipo quasiexperimental com grupo de controlo, longitudinal, baseado numa intervenção multinível em rede, no âmbito da promoção da saúde mental e da prevenção de comportamentos da esfera suicidária em adolescentes, em contexto escolar.

Público-alvo: 2 turmas 7º ano + 1 turma de controlo (marcar reuniões com docentes e EE numa semana de outubro). Turmas selecionadas: **7ºA e 7ºB e como controlo 7ºD**

Calendarização: 1+1+5+1= 8 sessões

Responsável: enfermeiros

Reunião com docentes e outra com os EE (talvez como webinar)

Bulling

Descrição/Metodologia

Público-alvo: alunos do 2º ano

Calendarização: 3 sessões por turma (1 com enfermeiro; 1 com psicóloga e 1 com professor)

Local: sala de aula

Responsável: enfermeiros que ficaram de divulgar e organizar com os coordenadores do 1º ciclo



Avaliação: pode não ser pensado a tratar com os coordenadores
Come mais sopa e fruta, pela tua saúde !!!
Descrição/Metodologia Projeto iniciado em 21/22; falta fazer a entrega dos prémios de 21/22. Calendarização possível: 2ª semana de fev. até 2ª semana de maio
Projeto SOBE+
Descrição/Metodologia O Projeto SOBE+ (Saúde Oral Bibliotecas Escolares) surge no âmbito do Programa Nacional de Promoção da Saúde Oral (PNPSO) da Direção-Geral da Saúde (DGS) e pretende distribuir kits de higiene oral pelos alunos do jardim-de-infância e do 1.º Ciclo. Foi preparado um projeto com a coordenadora das Bibliotecas escolares, professora Belmira Paiva e com a Enfermeira Cláudia Sequeira e realizada a candidatura no dia 29 de Abril. No dia 21 de junho foi recebida a aprovação do Projeto e os kits serão distribuídos aos alunos no início do próximo ano letivo, na seguinte: Atividade: dinamização da Semana da Saúde Oral nos JI e EB1 Histórias, música, desenhos e sessão com enfermeiros, palestras dinamizadas pela BELMIRA 14 de outubro presencial com a Dra. Manuela Ribeiro, com JI de Vila d'Este e S. Lourenço Talvez 2º semestre com 1º ciclo Webinar para o agrupamento para EE para colocar na página com data a propor pelas dentistas Público-alvo: discentes do Jardim de Infância e do 1º Ciclo Calendarização: outubro Local: Escolas JI e E.B.1 de Vila d'Este, S. Lourenço e Balteiro. Responsável: Equipa PES e enfermeiras, Belmira
Criação de 2 estojos de primeiros socorros
Descrição/Metodologia Avaliação: com as 2 listas verificar os materiais pretendidos e ir à wells saber um orçamento. Há caixas de 1º socorros vazias nos chineses de 2 tamanhos diferentes (4,95 e 9€)
Trabalho Colaborativo com a Equipa de Saúde Escolar
Descrição/Metodologia Reuniões com a Equipa de Saúde Escolar (23/9, com Belmira, enfermeiras Ana e Cláudia e Elisa); Ao longo do ano letivo contactos frequentes, vias e-mail e telefónica e presenciais para pontos de situação, esclarecimentos e colaboração. Realizar intervenções a discentes/turmas, pela Equipa de Saúde Escolar, a pedido dos Serviços de Psicologia do Agrupamento. Avaliação:

Nota: Este Plano encontra-se em permanente construção, pelo que irá sendo atualizado tanto em termos de datas como em atividades