

PROJETO DE PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE



VIGÊNCIA 2013 /17

ÍNDICE:

1. EQUIPA DE TRABALHO	3
1. Competência da Coordenadora do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde (PES)	4
2. Competência da Equipa de Educação para a Saúde	4
3. RAZÕES JUSTIFICATIVAS DO PROJETO	5
4. ÁREAS DE INTERVENÇÃO/OBJETIVOS	7
3.1- Educação Sexual	10
4. METAS E INDICADORES DE EXECUÇÃO DO PROJETO	14
5. PLANO DE ATIVIDADES	15
6. AVALIAÇÃO	23
7. ANEXOS	23

1. EQUIPA DE TRABALHO

Equipa de Coordenação:

- Teresa Ribeiro – Coordenadora do Agrupamento de Escolas de Esgueira
- Ana Paula Gonçalves - Coordenadora do 1º Ciclo
- Maria Teresa Monteiro - Coordenadora do Pré-escolar

Equipa alargada:

- Ana Paula Torres
- Augusta Oliveira
- Rosa Cruzeiro
- Catarina Camilo
- Susana Figueiredo
- Fernanda Raimundo

1. Competência da Coordenadora do Projeto de Promoção e Educação para a Saúde (PES)

- ✎ Coordenar a equipa da Educação para a Saúde;
- ✎ Promover a articulação com estruturas ligadas à saúde, associações científicas; escolas/faculdades que formem técnicos de saúde, institutos que apoiem jovens, organizações não-governamentais e de utilidade pública, e outros, com quem a escola pode estabelecer parcerias;
- ✎ Promover a dinamização de projetos/atividades entre as diferentes áreas curriculares disciplinares em áreas prioritárias da educação para a saúde;
- ✎ Submeter ao Conselho Pedagógico as propostas dos projetos/atividades de enriquecimento curricular e atividades extracurriculares que coordena e dar conhecimento deles;
- ✎ Apoiar e incentivar as iniciativas de docentes e alunos que se revelem de interesse pedagógico educativo no domínio da educação para a saúde;
- ✎ Apresentar ao Diretor do Agrupamento o relatório anual do trabalho desenvolvido.

2. Competência da Equipa de Educação para a Saúde

- ✎ Elaborar o projecto de Educação para a Saúde, tendo em conta as recomendações de saúde da legislação em vigor;
- ✎ Apresentar propostas para o Plano Anual de Atividades do Agrupamento (PAAA), no âmbito da Educação para a Saúde;
- ✎ Acompanhar e concretizar o plano de ação do PES;
- ✎ Promover a articulação interciclos;
- ✎ Organizar e disponibilizar materiais de apoio aos docentes, no âmbito da Educação para a Saúde;
- ✎ Gerir os Gabinetes de Informação e Apoio ao Aluno;
- ✎ Organizar iniciativas de complemento curricular que julgar adequadas;
- ✎ Promover espaços de debate e reflexão abertos a todos os alunos e aos respetivos Encarregados de Educação que se disponibilizarem a estar presentes;
- ✎ Promover a participação ativa dos alunos, auscultar as suas opiniões, a colaboração dos respetivos Encarregados de Educação, assim como outros elementos da comunidade escolar e educativa;
- ✎ Apoiar os parceiros técnicos no desenvolvimento do plano de ação;
- ✎ Elaborar um relatório de atividades no final do ano letivo.

3. RAZÕES JUSTIFICATIVAS DO PROJETO

No âmbito do protocolo estabelecido entre os Ministérios da Educação e Ministério da Saúde - Despacho nº 25995/2005 (2ª série), Despacho nº 2506/2007 e Despacho nº 12 045 / 2006 (2ª série) foi aprovado o Programa Nacional de Saúde Escolar que delibera que a Educação para a Saúde deve ser considerada obrigatória em todos os estabelecimentos de ensino e integrar o Projeto Educativo da Escola.

De acordo com o Despacho nº12045/2006 (2ªsérie), publicado no Diário da República nº 110 de 7 de Junho (referente ao Programa Nacional de Saúde Escolar), novos desafios se colocam ao Sistema Educativo: a par do trabalho de transmissão de conhecimentos organizados em disciplinas, a escola deve, também, educar para valores, promover a saúde, a formação e a participação cívica dos alunos, num processo de aquisição de competências que sustentem as aprendizagens ao longo da vida e promovam a autonomia. O mesmo despacho refere que uma "Escola Promotora de Saúde" assenta em três vertentes - currículo, ambiente e interação escola/família/meio. O desenvolvimento destas três vertentes e a implementação destes princípios deverão capacitar os jovens para intervir na mudança e conduzir ao exercício pleno da cidadania.

No contexto Europeu, a Organização Mundial da Saúde (OMS), em "Health for all" (Saúde para todos) estabeleceu metas de saúde para os próximos anos, tendo a promoção da saúde e os estilos de vida saudáveis uma abordagem privilegiada no ambiente escolar. A meta 13 do referido documento prevê que, em 2015, 50% das crianças que frequentam o Jardim de Infância e 95% das que frequentam a Escola integrem estabelecimentos de educação e ensino promotores da saúde. Mais, define Escola Promotora de Saúde (EPS) como aquela que inclui a Educação para a Saúde no currículo e possui atividades de saúde escolar.

O projeto de Promoção e Educação para a Saúde do Agrupamento de Escolas de Esgueira visa intervenções no âmbito da saúde escolar, de modo a proporcionar uma maior compreensão por parte das crianças e jovens para comportamentos relacionados com a saúde, estilos de vida saudável e interações positivas com os cenários envolventes (escola, família, pares e estruturas comunitárias).

O Projeto resulta do trabalho de uma equipa multidisciplinar, que integra representantes, tanto da área da educação como da área da saúde (Educadoras, Professores, Professoras -Bibliotecárias, Psicóloga (pontualmente de acordo com as suas possibilidades), Unidade de Saúde Pública do Centro de Saúde de Aveiro, PSP e outros parceiros (Cáritas, Instituto da Juventude, Ausónia, ...). Deste modo foi possível conceber um Projeto de Educação para a Saúde com linguagens e interesses comuns, sustentado e articulado. Esta metodologia permitiu estabelecer uma situação de compromisso e co-responsabilização em que serviços de educação e de saúde desenvolvem um plano de ação conjunto. Há que conciliar esforços e articular intenções. Pretende-se criar um agrupamento de referência em termos de Educação para a Saúde, um autêntico AGRUPAMENTO PROMOTOR DE SAÚDE.

É finalidade deste projeto contribuir para que as escolas e jardins-de-infância do Agrupamento promovam a Educação para a Saúde (onde se inclui a Educação Sexual em meio escolar), através do desenvolvimento de diversas atividades curriculares e extra curriculares.

Neste contexto, propõe-se uma abordagem pedagógica sistemática de temas ligados à saúde em contexto curricular, promovendo a responsabilidade individual e comunitária no que concerne à saúde e desenvolvendo nos alunos competências que lhes permitam tomar decisões conscientes e informadas, fazer opções responsáveis e adotar estilos de vida saudáveis. É também indispensável providenciar, nos diversos estabelecimentos de ensino, ambientes seguros e saudáveis, disponibilizar ofertas equilibradas e, ainda, facilitar o desenvolvimento de relações humanas saudáveis entre os diversos agentes da comunidade educativa.

Este Projeto de Promoção e Educação para a Saúde, enquanto instrumento de trabalho integrador das preocupações da escola e da comunidade, incorpora todas as atividades educativas que concorrem para a promoção e educação para a saúde. As estratégias adotadas permitirão, assim, criar sinergias com o ambiente social, assegurar respostas adequadas às necessidades e aos problemas diagnosticados, através do desenvolvimento do currículo de educação para a saúde fomentando, neste sentido, a participação de parceiros técnicos e dos outros setores da comunidade no desenvolvimento dos princípios das escolas promotoras da saúde.

Promover e Educar para a Saúde não é uma responsabilidade de determinados grupos disciplinares, nem unicamente dos Professores, como vulgarmente se pensa. Assistentes Operacionais, Funcionários Administrativos, Pais/Encarregados de Educação e outros elementos da Comunidade Educativa, em conjunto com todos os Professores podem e devem contribuir, ajudando a desenvolver, nos nossos jovens, competências que lhes permitam participar na vida social sem restrições e promover oportunidades para dotá-los de aptidões que lhes proporcionem tomadas de decisão concordantes com estilos de vida saudável, uma vez que hábitos adquiridos durante a infância e a adolescência se repercutem na saúde dos adultos e determinam a qualidade de vida de cada um e da comunidade em que se inserem.

4. ÁREAS DE INTERVENÇÃO/OBJETIVOS

A Escola, entendida como um espaço de cidadania, de convívio e educação, necessita de um projeto que sugira temas prioritários a abordar no âmbito da “Educação para a Saúde”, dinamize atividades que promovam a saúde individual e/ou coletiva de todos os que fazem parte da comunidade educativa e que faça a articulação das iniciativas entre os vários ciclos de escolaridade.

Face à legislação em vigor, e articulando com o Plano Nacional de Saúde Pública do ACES Baixo Vouga para as escolas, as áreas de intervenção são as 4 áreas preconizadas pelo (PNSE) Programa Nacional de Saúde Escolar:

1) Saúde Individual e Colectiva

2) Inclusão Escolar

3) Ambiente escolar

4) Estilos de Vida

Dentro dos estilos de vida as áreas temáticas consideradas prioritárias são:

- 4.1) Alimentação / Atividade Física / Higiene/ Saúde Oral.
- 4.2) Educação sexual / Sexualidade e Afetos / Prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis.
- 4.3) Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas (tabaco, álcool e drogas).
- 4.4) Saúde Mental/ Violência em Meio Escolar e Bullying.
- 4.5) Promoção da segurança infanto-juvenil.
- 4.6) Promoção de atitudes posturais corretas.

ÁREAS DE INTERVENÇÃO	OBJETIVOS
PNSE 1-Saúde Individual e Colectiva	Monitorização: - do Plano Nacional de Vacinação (listagem 7 anos); - da vigilância de saúde aos 6 anos (listagens); - da vigilância de saúde aos 13 anos (listagens).
PNSE 2-Inclusão Escolar	A Equipa de Saúde Escolar é a interface entre a escola e os serviços de saúde, cuja articulação se processa através das Equipas Pluridisciplinares : - alunos com NSE; - levantamento de problemas de saúde NSE; - procedimentos / articulação escola / equipa de saúde; - elaboração do plano de saúde individual. Formação de Docentes (temas propostos: Hiperatividade e défice de atenção) em articulação com o CHBV.
PNSE 3-Ambiente Escolar	Caraterização das condições de Segurança, Higiene e Saúde nos estabelecimentos de ensino e educação: - distribuição de material / manual de primeiros socorros;

	<p>- caracterização do ambiente escolar - TSA (interno e externo);</p> <p>- avaliação do cumprimento dos requisitos em segurança alimentar incluindo cantinas, bares, bufetes e recreio;</p> <p>- promoção da melhoria contínua das condições higieno-sanitárias dos estabelecimentos, com consequentes ganhos em saúde da população utilizadora.</p> <p>Monitorização dos acidentes escolares e peri-escolares.</p> <p>Prevenção de acidentes (parcerias com PSP e GNR):</p> <p>- sessões com 12º ano (Condução segura e prevenção de consumos);</p> <p>- circuitos rodoviários (pré escolar e 1º ciclo).</p> <p>Promoção de posturas corretas:</p> <p>- gestão do peso nas mochilas;</p> <p>- existência de cacifos.</p> <p>Transporte seguro (colaboração de fisioterapeuta no pré escolar).</p>
<p>PNSE</p> <p>4-Estilos de Vida</p>	<p>Desenvolvimento de atividades dentro das áreas temáticas consideradas prioritárias:</p> <p>- Alimentação / Atividade Física / Higiene / Saúde Oral;</p> <p>- Educação sexual / Sexualidade e Afetos / Prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis;</p> <p>- Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas (tabaco, álcool e drogas);</p> <p>- Saúde Mental/ Violência em Meio Escolar e Bullying;</p> <p>- Promoção da Segurança Infante-Juvenil;</p> <p>- Atitudes posturais corretas.</p>
<p>4.1. Alimentação</p> <p>/Atividade Física/Higiene</p> <p>/Saúde Oral</p>	<p>Promoção da educação alimentar:</p> <p>- contribuição para se inverter a tendência crescente de perfis de doença que se traduzem no aumento das taxas de incidência e prevalência de doenças como sejam a obesidade, diabetes, cáries dentárias, doenças cardiovasculares e outras.</p> <p>- implementação do Projeto “Lanches Saudáveis”(PNSE) que tem como objectivo promover a qualidade nutricional dos lanches realizados pelas crianças na escola, apostando nas seguintes estratégias de intervenção:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sensibilização da direção /educadores/ professores/ pais e alunos, para a importância dos lanches saudáveis; • Promoção do consumo de lanches saudáveis dos alunos a frequentar o ensino pré-escolar e 1ºciclo. <p>- implementação do Projeto “Saud@vel.come no intervalo”(PSNE) que tem como objectivo promover a oferta de alimentos saudáveis nos bufetes escolares e máquinas de venda automática de alimentos (MVAA’s) apostando nas seguintes estratégias de intervenção:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sensibilização dos órgãos diretivos/educadores/ professores/ pais e alunos, para a importância de uma oferta alimentar saudável; • Acompanhamento periódico, da oferta alimentar e das condições higiénico sanitárias dos bufetes e MVAA`s dos estabelecimentos escolares; <p>- implementação do Projeto “Conta, Peso e Medida”(PSNE) que tem por objetivo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • A diminuição da prevalência da obesidade infantil e dos factores de risco

	<p>associados;</p> <ul style="list-style-type: none"> • O incentivo da adoção de hábitos alimentares saudáveis e da prática de exercício físico; <p>- consciencialização para a importância dos hábitos de higiene pessoal, do exercício físico e da alimentação equilibrada como um benefício para a saúde própria e coletiva;</p> <p>- estimulação da prática de exercício físico, entendida como fator importante na manutenção da saúde física e mental;</p> <p>- promoção da saúde oral:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorização dos conhecimentos e comportamentos face à higiene oral; • Promoção da prevenção das doenças orais, do diagnóstico precoce e tratamento dos dentes que desenvolvem cárie dentária; • Implementação do Projeto “SOBE “Saúde Oral das Bibliotecas Escolares.
<p>4.2. Educação sexual /Sexualidade e Afetos/Prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis</p>	<p>-Implementação do projeto “ASAS”(PNSE)</p> <p>- Promoção da aceitação do corpo e da sexualidade;</p> <p>- Promoção do conhecimento do funcionamento dos mecanismos biológicos da reprodução;</p> <p>- Promoção da igualdade entre os sexos;</p> <p>- Desenvolvimento nas nas crianças e jovens de uma ideia ajustada de si mesmo, fortalecendo a auto-estima e fomentando a comunicação, a compreensão e o respeito pelos outros;</p> <p>- Contribuição para a melhoria das relações interpessoais;</p> <p>- Promoção da tomada de decisões responsáveis e autónomas;</p> <p>- Esclarecimento sobre mitos e/ou concepções pessoais relacionadas com aspetos da reprodução humana;</p> <p>- Desenvolvimento nos jovens de competências que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;</p> <p>- Redução das consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infeções sexualmente transmissíveis;</p> <p>- Promoção de uma cultura de respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;</p> <p>- Desenvolvimento da capacidade de proteção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;</p> <p>- Promoção de uma maior articulação Escola-Família no âmbito da sexualidade e afetos.</p>
<p>4.3.Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas (tabaco, álcool e drogas)</p>	<p>- Sensibilização da comunidade educativa para a importância de intervir na prevenção de comportamentos aditivos e dependências;</p> <p>- Conhecimento das consequências do consumo de tabaco, álcool e outras drogas;</p> <p>- Desenvolvimento da assertividade e da capacidade de resistir à pressão dos pares;</p> <p>- Promoção da auto-estima e da autonomia visando a prevenção de comportamentos de risco;</p> <p>- Promoção do desenvolvimento do sentido crítico e da capacidade de tomar decisões de modo responsável relativamente ao consumo de substâncias psicoativas.</p>

Aprender a Sexualidade e Afectos para a Saúde



4.4. Saúde Mental/ Violência em Meio Escolar e Bullying	<ul style="list-style-type: none"> - Monitorização dos acidentes ocorridos na escola e no espaço periescolar e proposta de medidas corretivas se necessário; - Prevenção de situações de violência na escola e bullying; - Desenvolvimento de competências que permitam identificar situações de violência ou bullying e seleção de formas de intervenção mais eficazes; - Promoção do desenvolvimento de competências pessoais e sociais e da capacidade de resolução de conflitos; - Desenvolvimento do respeito pelos direitos de cada indivíduo.
4.5. Promoção da segurança infanto-juvenil	<ul style="list-style-type: none"> - Promoção de boas práticas no transporte de crianças no automóvel junto dos pais e educadores - Promoção das boas práticas no transporte coletivo das crianças - Aumento dos conhecimentos e competências da comunidade educativa, na área da segurança rodoviária infanto-juvenil.
4.6. Promoção de atitudes posturais corretas	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilização de pais/educadores para a aquisição e utilização correta das mochilas escolares; - Identificação/encaminhamento dos alunos com alterações posturais; - Aumento da literacia em saúde para as questões da postura corporal, desenvolvimento motor e exercício físico; - Promoção de um estilo de vida saudável.

3.1- Educação Sexual

A Educação da Sexualidade é essencial na Educação para a Saúde, é uma das áreas temáticas prioritárias. Assim, com vista a uma vida saudável em sociedade, os jovens devem adquirir e desenvolver competências nesta área.

A educação sexual em meio escolar tem caráter obrigatório e destina-se a todos os estabelecimentos dos ensinos, básico e secundário.

A lei nº60/2009, consagra as bases gerais do regime de aplicação da educação sexual em meio escolar, conferindo-lhe o estatuto de obrigatoriedade.

No **artigo 7.º** refere:

Projeto de educação sexual na turma

1 — O diretor de turma, o professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual, bem como todos os demais professores da turma envolvidos na educação sexual no âmbito da transversalidade, devem elaborar, no início do ano escolar, o projeto de educação sexual da turma.

2 — Do projeto referido no número anterior, devem constar os conteúdos e temas que, em concreto, serão abordados, as iniciativas e visitas a realizar, as entidades, técnicos e especialistas externos à escola, a convidar.

No **artigo 3, ponto 5** refere «Cada turma tem um professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual».

A **portaria nº 196-A/2010** regulamenta a lei anterior e estabelece os conteúdos mínimos que podem ser abordados nas áreas disciplinares ou nas não disciplinares. De acordo com o **artigo 2, ponto 3** da referida portaria *“Os conteúdos da educação sexual são desenvolvidos no quadro das áreas curriculares não disciplinares e devem respeitar a transdisciplinaridade inerente às várias disciplinas, integrando-se igualmente nas áreas curriculares disciplinares”*.

No ensino profissional e de acordo com a portaria, no **artigo 2, ponto 2** é referido que *«O Diretor em concertação com os DT e o coordenador do PES, definirão os temas que devem ser abordados nas áreas curriculares disciplinares»*.

No **artigo 4º, 1** — *“Os termos em que se concretiza a inclusão da educação sexual nos projetos educativos dos agrupamentos de escolas e das escolas não agrupadas são definidos pelo respetivo conselho pedagógico e dependem de parecer do conselho geral, no qual têm assento os professores da escola, representantes dos pais e, nos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas onde seja lecionado o ensino secundário, representantes dos estudantes.*

2 — Sem prejuízo do disposto no número anterior, o conselho pedagógico deve assegurar que os pais e encarregados de educação sejam ouvidos em todas as fases de organização da educação sexual no respetivo agrupamento de escolas ou escola não agrupada”.

Face à legislação em vigor, a equipa de Educação para a Saúde propõe:

- Uma vez que as áreas curriculares não disciplinares foram extintas, os conteúdos referentes à Educação Sexual deverão ser abordados nas áreas disciplinares, na oferta complementar de escola - Educação para a Cidadania e complementados com ações extra curriculares, do Projeto de Educação para a Saúde do Agrupamento. (**Artigo 2, ponto 3, da portaria nº 196-A/2010**).
- No Pré-Escolar a Educação Sexual apresenta um carácter transversal e integrador, não estando prevista carga horária mínima, sendo a gestão dos tempos decidida de acordo com o Projeto Curricular de Turma. (Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar, ME, 2007).
- Em cada turma do 1º 2º, 3º e secundário deverá ser elaborado um Projeto de Educação Sexual da Turma que fará parte do PAT.
- Com base na proposta de conteúdos mínimos definida pela **portaria nº 196-A/2010**, foi feita pela equipa da educação para a saúde, uma distribuição dos conteúdos por ano de escolaridade, que será enviada, pela Diretora a todos os professores. (**Anexo 1**) (**Nota: Dada a diversidade de cursos ao nível do ensino secundário e a especificidade de cada um, apresentam-se para cada ano, os conteúdos mínimos propostos para todo secundário. Assim, deverá ser cada disciplina de acordo, com o seu programa, a escolher os conteúdos que melhor se enquadrem na sua realidade. O importante é que no final do ensino secundário todos esses conteúdos tenham sido abordados**).
- Em reunião de departamento, cada grupo disciplinar deverá analisar o contributo que a sua disciplina, de acordo com os seus conteúdos programáticos e com base nos conteúdos mínimos, pode

dar para o projeto de Educação Sexual de turma, de cada ano de escolaridade. Para o efeito deverão preencher a grelha apresentada em anexo (**Anexo 2**).

- Cada professor do conselho de turma deverá indicar quais os conteúdos de educação sexual que vai abordar na sua disciplina e entregá-los ao Coordenador do Projeto de Educação Sexual da Turma que os compilará para um documento único (**Anexo 3**) que será enviado ao DT que o integrará no PAT.

- O Coordenador do Projeto de Educação Sexual de Turma deverá ser um docente eleito no CT que trabalhará com o DT.

- No final do ano, no conselho de turma de avaliação final será feita a avaliação do projeto de educação sexual de turma, em documento próprio (**anexo 4**) apresentado pela equipa de educação para a saúde, que na posse dessas avaliações de todas as turmas elaborará um relatório final.

- No ensino profissional deverá ser seguida a mesma metodologia dos restantes anos. (**Artigo 2, ponto 2 da portaria nº 196-A/2010**).

- Aquando da elaboração do projeto educativo do agrupamento deve nele ser incluída a educação para a saúde, que inclui a educação sexual.

- Os encarregados de educação devem ter conhecimento do projeto de educação sexual da turma. (**Artigo 4º, ponto 2 da portaria nº 196-A/2010**).

- A criação de um espaço na biblioteca onde estejam concentrados todos os materiais/recursos, já existentes, de apoio aos professores na preparação das atividades das suas aulas, no âmbito da Educação Sexual.

Gabinete de Informação e apoio ao aluno

A lei nº60/2009 no Artigo 10.º refere:

1 — Os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário devem disponibilizar aos alunos um gabinete de informação e apoio no âmbito da educação para a saúde e educação sexual.

2 — O atendimento e funcionamento do respetivo gabinete de informação e apoio são assegurados por profissionais com formação nas áreas da educação para a saúde e educação sexual.

3 — O gabinete de informação e apoio articula a sua atividade com as respetivas unidades de saúde da comunidade local ou outros organismos do Estado, nomeadamente o Instituto Português da Juventude.

4 — O gabinete de informação e apoio funciona obrigatoriamente pelo menos uma manhã e uma tarde por semana.

5 — O gabinete de informação e apoio deve garantir um espaço na Internet com informação que assegure, prontamente, resposta às questões colocadas pelos alunos.

6 — *As escolas disponibilizam um espaço condigno para funcionamento do gabinete, organizado com a participação dos alunos, que garanta a confidencialidade aos seus utilizadores.*

7 — *Os gabinetes de informação e apoio devem estar integrados nos projetos educativos dos agrupamentos.*

Face à legislação em vigor, a equipa de Educação para a Saúde propõe:

- No edifício Aires Barbosa deve funcionar um gabinete de apoio ao aluno e no da Jaime Magalhães Lima outro.

- O gabinete deve ter um horário compatível com a disponibilidade dos alunos.

- Dada a falta de recursos humanos o gabinete deverá funcionar uma manhã e uma tarde por semana, incluindo tempo no intervalo de almoço.

- O atendimento deve ser assegurado por profissionais com formação na área da educação para a saúde e educação sexual.

4. METAS E INDICADORES DE EXECUÇÃO DO PROJETO

Objetivos	Metas	Indicadores
Melhorar o nível de literacia em saúde da comunidade educativa.	Melhorar em 10% a literacia em saúde da comunidade educativa.	Número de produções divulgadas junto da comunidade.
Promover a saúde alimentar e o exercício físico.	Reduzir 20% o consumo de alimentos menos saudáveis nos lanches dos alunos do pré-escolar, 1º ciclo e bufetes. Reduzir desperdício (sopa e fruta) cantina. Aumentar adesão ao desporto escolar e outras atividades físicas.	Percentagem de alunos que consomem lanches saudáveis. Quantidade de alunos que consomem sopa e fruta. Percentagem de alunos que aderem às atividades do desporto escolar e outras.
Desenvolver nos jovens competências que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade.	Desenvolver em todas as turmas projeto de educação sexual. Promover sessões extra curriculares, sobre sexualidade para as turmas 4º, 6º,8º e 10 anos.	Percentagem de turmas onde foram abordados os conteúdos mínimos definidos. Número de alunos envolvidos. Aumentar a procura do gabinete de informação e apoio ao aluno.
Prevenir e reduzir o consumo de tabaco, álcool e outras substâncias aditivas.	Manter ou aumentar o nº de ações envolvendo professores e alunos para abordar temáticas da prevenção de consumos.	Número de alunos envolvidos.
Promover um ambiente escolar seguro e saudável a nível de saúde mental e prevenção de acidentes.	Reduzir 10% o nº de participações disciplinares por comportamentos desajustados. Manter o nº de ações com alunos e professores sobre temáticas de prevenção da violência e acidentes.	Percentagem de ocorrências disciplinares. Número de alunos e professores envolvidos.
Continuar a promover a prática de exercício físico por parte dos alunos, professores e técnicos Diminuir a prevalência da obesidade infantil e os fatores de risco associados.	Aumentar em 10% a prática de exercício físico. Continuar a rastrear e encaminhar para programa de intervenção alunos identificados em situação de obesidade.	Número de atividades e participantes. Percentagem de alunos identificados e encaminhados para intervenção.
Promover a saúde oral.	Rastrear todas as crianças do 2º ano e encaminhamento para consulta Distribuição de cheques dentista e sensibilização para sua utilização.	Número de crianças rastreadas. Nível de aceitação e colaboração dos encarregados de educação.
Continuar a promover os objetivos definidos nas fases anteriores.	Manter ou ampliar as metas definidas para as fases anteriores.	Os mesmos previstos nas fases anteriores.

5. PLANO DE ATIVIDADES

ÁREA DE INTERVENÇÃO: SAÚDE INDIVIDUAL E COLETIVA

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
PNSE-Monitorização dos Exames Globais de Saúde e avaliação do cumprimento do Plano Nacional de Vacinação (pessoal docente e não docente vacina anti tetânica).	Pré-escolar 1º,2º,3º ciclo e secundário.	USP.	USP e PES.	Toda a Comunidade escolar.	Ao longo do ano.

ÁREA DE INTERVENÇÃO: INCLUSÃO ESCOLAR

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
PNSE Participação na Equipa Pluridisciplinar	Pré-escolar 1º,2º,3º ciclo e secundário.	Ensino Especial.	Ensino Especial USP Psicóloga	Alunos referenciados pela escola.	Ao longo do ano.

ÁREA DE INTERVENÇÃO: AMBIENTE ESCOLAR

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
PNSE Caraterização das condições de Segurança, Higiene e Saúde nos estabelecimentos de educação e ensino	Pré-escolar 1º,2º,3º ciclo e secundário.	USP PES	Ensino Especial USP Psicóloga	Toda a Comunidade Escolar.	Ao longo do ano.
Monitorização dos acidentes escolares	Pré-escolar 1º,2º,3º ciclo e secundário	USP Direção PES	USP Direção	Toda a Comunidade Escolar.	Ao longo do ano.

ÁREA DE INTERVENÇÃO: ESTILOS DE VIDA

ÁREA TEMÁTICA- Alimentação / Atividade Física / Higiene / Saúde Oral/Saúde Global

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
Implementação do Projeto “Lanches Saudáveis” (PNSE)	Pré-escolar e 1º ciclo	USP Coordenadora do PES	Educadoras e Professores titulares de Turma	Todas as Turmas do Pré-escolar, do 1º ciclo e famílias	Ao longo do ano
Comemoração do Dia Mundial da Alimentação.	Pré-escolar e 1º ciclo 2º,3º ciclos e secundário	Educadoras e Professores titulares de Turma Coordenadora do PES	Educadoras Professores titulares de turma Equipa PES Professores de Educação para a Cidadania, de Educação Física (EF) e bibliotecas	Alunos do pré-escolar e do 1º ciclo e Comunidade Educativa	Semana da alimentação 12-14 Outubro
Acompanhamento e supervisão do serviço de almoços. Acompanhamento presencial. • Supervisão da refeição (qualidade/quantidade)	Pré-escolar	Educadoras Coordenadoras	Educadoras titulares de Turma, Assistentes Operacionais	Turmas do Pré-escolar e famílias	Ao longo do ano letivo
PERA (Programa Escolar de Reforço Alimentar)	2º e 3º ciclos e secundário	Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares	Direção e Diretores de turma	Alunos carenciados	Ao longo do ano letivo

Hortas escolares:	Pré-escolar e 1º ciclo da Alumieira 2º ciclo	Educadoras e Professores titulares de Turma	Educadoras /Professores titulares de Turma Clube Ecoescolas	Turmas do Pré-escolar, 1º ciclo e famílias	Ao longo do ano letivo
Expressão Motora: • Jogos coletivos • Atividades ao ar livre.	Pré-escolar	Educadoras	Educadoras titulares de Turma	Turmas do Pré-escolar e famílias	Ao longo do ano letivo
A saúde do seu corpo	1º ciclo	Professores titulares de Turma	Professores titulares de Turma	Alunos do 1º ciclo	Ao longo do ano letivo
Implementação do Projeto "Saudável. Come no intervalo" "(PNSE)	Pré escolar ,1º 2º,3º ciclos e secundário	USP Coordenadora do PES Órgãos diretivos	Equipa PES, Educadoras, Professores, Órgãos diretivos	Educadores, Professores, Pais, Alunos e Assistentes Operacionais/Manipuladores dos bufetes	Ao longo do ano letivo
Reflexão sobre a importância da higiene pessoal	2º ciclo	Professores de EF do 2º ciclo	Professores de EF do 2º ciclo	Alunos do 5º	Setembro de 2015 e ao longo de todo o ano
Mega – Atleta	2º, 3º ciclos e secundário	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	Alunos dos 2º, 3º ciclos e secundário	16 de Dezembro de 2015
Corta-Mato Escolar	2º, 3º ciclos e secundário	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	Alunos dos 2º, 3º ciclos e secundário	17 de dezembro de 2015
3x3 Escolar	2º, 3º ciclos e secundário	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	Alunos dos 2º, 3º ciclos e secundário	13 de Janeiro de 2016
Semana do Desporto	2º, 3º ciclos e secundário	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	Alunos dos 2º, 3º ciclos e secundário	11 a 15 de Abril de 2016
Caminhada em Macieira de Alcoba (aula de PAFD, Módulo de Pedestrianismo)	11ºH	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	11ºH	19 de Maio de 2016

16º Cicloturismo Agrupamento de Escolas de Esgueira	3º ciclo e secundário	Professores de Educação Física	Grupo disciplinar de Educação Física	Alunos do 3º ciclo e secundário	09 de Junho de 2016
Implementação do Projeto "SOBE" Saúde Oral das Bibliotecas Escolares	Pré escolar e 1º Ciclo	Bibliotecária Brígida Varanda	Professoras do ensino especial, Professores titulares de Turma, Educatora, Higienista e Enfermeira	Alunos do ensino especial da EB 1de Esgueira e alunos do JI/EB da Quinta do Simão	Ao longo do ano letivo
Saúde Oral-PNSE Rastreio e emissão de cheques dentista	1º, 2º e 3º ciclos Pré escolar	Higienista Oral- USP Equipa PES Educadoras Titulares de turma	Equipa PES Diretores de Turma Professores titulares de Turma Educadoras	Rastreio: alunos do 2º ano. Cheques dentista para alunos nascidos em 2002, 2005 e 2008 1998 (emitidos por médico de família)	Ao longo do ano letivo
Implementação do Projeto Bochecho" saúde oral no 1º ciclo	1.º ciclo	Higienista Oral- USP Coordenadora do PES do 1º ciclo	Professores titulares de turma	Turmas 1º ciclo 2ºB,2ºC,3ºA,4ºA,4º B,4ºC,1ºe2ºG, 3ºe4ºH	Ao longo do ano letivo
Dia mundial do 112	2º ciclo	Coordenadora do PES PSP	PSP	6ºF, 5ºB, 7ºE, 9ºE, 8ºF, 7ºC, CV1 e CV2	11 e 12 de fevereiro
Dia Mundial do RIM O Rim e a Criança – Agir cedo para prevenir	1º e 2º ciclos	Coordenadora do PES	Médicas do Centro Hospitalar do Baixo Vouga	Turmas do 4º e do 6º anos	10 março

**ÁREA TEMÁTICA: Educação sexual /Sexualidade e Afetos/Prevenção das Infecções Sexualmente
Transmissíveis**

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
Projeto de Educação Sexual de Turma	Pré-escolar, 1º, 2º, 3º ciclos e secundário	Equipa PES Diretor de Turma/Conselho de Turma, Educadoras e Conselhos de ano	Educadoras e professores titulares de turma Conselhos de Turma	Toda a população escolar	Ao longo do ano letivo

Gabinete de informação e Apoio ao aluno (GIAA)	2º, 3º ciclos e secundário	Equipa PES	Equipa PES	População escolar	Ao longo do ano letivo
Implementação do projeto “Diário 14-18”	3º ciclo	Equipa PES e Ausónia	Equipa PES e Prof do 9º ano de Ciências	Alunos do 9º ano	2º e 3º Períodos
Sessões de Sensibilização “Infeções sexualmente transmissíveis”	secundário	Coordenadora do PES	+Abraço Aveiro	11ºA, 11ºB 12ºC	3 de dezembro
Implementação do projeto “ASAS” - Aprender a Sexualidade e os Afetos para a Saúde- PNSE	1º, 3º ciclos e secundário	USP Coordenadora do PES	Enfermeira da USP	Todas as turmas: 4º ano, 8º ano e	3º Período
Dia Mundial de Luta contra a Sida	2º,3º ciclos e secundário	Coordenadora do PES	Equipa PES SPO Professores de Educação para a Cidadania Professores de Ciências Naturais do 3º ciclo e de Biologia e Geologia do secundário Professores de outras disciplinas que se disponibilizem	População escolar	De 30 de novembro a 4 de dezembro de 2015
Programa “Cuida-te” Unidade móvel “Sexualidade”	Vocacional	IPDJ Coordenadora do PES	IPDJ APF-Terapeuta sexual Equipa PES	Turmas: Voc1 e Voc2	15 de dezembro
Prevenção da Violência no Namoro	3º ciclo	Coordenadora do PES	Psicóloga, Assistente Social do Núcleo de Apoio à Vítima de	Todas as turmas do 9º ano	2º e 3º Períodos

			Violência doméstica da Cáritas diocesana de Aveiro Equipa PES		
St Valentine's Day Dia dos Namorados	2º ciclo 3º ciclo Secundário	Professores de Inglês e Bibliotecas	Professores do 220, Professores de Inglês do 330, com turma, em sala de aula E Bibliotecas	Alunos do 5ºe 6ºanos População escolar	2º Período

ÁREA TEMÁTICA: Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoativas (tabaco, álcool e drogas)

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
Dia Mundial do Não Fumador	Turma A do pré escolar de esgueira 1º,2º,3º ciclos e secundário	Coordenadora do PES	Equipa PES Prof de Ed. Cidadania, Português, Prof.do 4º ano , Educadora do 1º B	Toda a população escolar	De 16 a 20 de novembro
Sessão de Educação para a Saúde “Prevenção do Tabagismo”	3º ciclo	USP Coordenadora do PES	Equipa PES Enfermeira da USP de Aveiro	Todas as Turmas do 7º ano	novembro
Sessão de Educação para a Saúde “Condução Segura e Prevenção de Consumos”	Secundário	Coordenadora do PES, PSP USP	Equipa PES, Enfermeira da USP Agentes da PSP	Todas as Turmas do 12º ano	2º Período
Programa “Cuida-te” Unidade móvel “Consumos Nocivos de Substâncias”	Secundário	IPDJ Coordenadora do PES	IPDJ Projeto Alternativas Equipa PES	Turmas: 10ºC,Hp,lp,Gp,Jp. 11ºE,B, 12ºG,Hp Voc1 e Voc2	12 novembro

ÁREA TEMÁTICA: Saúde Mental/ Violência em Meio Escolar e Bullying

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
Dia da Não Violência Escolar e da Educação para a Paz	Pré escolar 1º,2º,3º ciclos e secundário	Equipa PES	Equipa PES, Educadoras, Prof. titulares de Turma Prof. Ed. Cidadania; Prof Português disponíveis Bibliotecas	Toda a população escolar	25 a 29 de janeiro de 2015
Comemoração do Dia dos Amigos	Pré escolar	Educadoras titulares de Turma	Educadoras titulares de Turma C, D e E	Turmas do Pré escolar C, D e E famílias	2º período
Prevenção da Violência em meio escolar - Bulling	2º ciclo	Equipa do PES e PSP	PSP	Todas as Turmas do 6º ano	26,27 e 28 de janeiro

Saúde Mental em Saúde Escolar- Módulo de Formação	Professores Educadores Psicóloga Coord.PES	Direção Geral da Saúde e DGE	Direção Geral da Saúde e DGE	Psicóloga Escolar, 1 Educadora e 2 professoras	29 de fevereiro
---	--	------------------------------	------------------------------	--	-----------------

ÁREA TEMÁTICA: Promoção da segurança infanto-juvenil

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
Promoção da Segurança Infanto juvenil	Pré escolar 1º,2º,3º ciclos e secundário	Órgãos Diretivos, USP, PSP e Coordenadora do PES	Equipa PES, Pais, Professores, USP e PSP	Toda a Comunidade escolar	Ao longo do ano letivo
Segurança Rodoviária e “Polícia amigo”	Pré escolar e 1º ciclo	Coordenadoras do PES do Pré-escolar e do 1º ciclo	Educadoras e Professores Titulares de turma	Todas as turmas do Pré escolar e do 1º ciclo e famílias	2º período
Sensibilização para as brincadeiras de Carnaval	1º ciclo	Professores titulares de turma	Professores titulares de turma e PSP	Alunos do 1º ciclo	2º período

ÁREA TEMÁTICA: Promoção de atitudes posturais corretas

Atividade	Ciclo	Coordenação	Dinamização	Destinatários	Calendarização
PNSE Promoção de posturas corporais corretas	Pré escolar 1º, 2º, 3º ciclos e secundário	Coordenadora do PES Coordenadora da Ed. Cidadania	USP Educadoras, Prof. titulares de Turma, Prof. Ed. Cidadania, Prof de Ed. Física	Pais Alunos do Pré escolar, 1º, 2º e 3º ciclos	Ao longo do ano letivo

6. AVALIAÇÃO

Pretende-se avaliar a eficácia e qualidade deste projeto de uma forma contínua, de modo a poder reformulá-lo quando necessário.

A avaliação deverá ser formativa e utilizar diversos instrumentos de avaliação / metodologias tais como: grelhas de observação, questionários, observação direta, relatórios dos projetos de educação sexual de cada turma e relatórios das atividades extra curriculares.

No final do ano letivo, será feito um relatório final incidindo sobre o plano de atividades desenvolvido no âmbito do projecto, tendo em conta as metas que nos propusemos alcançar e os indicadores de execução definidos. A avaliação terá como objetivo fomentar as boas práticas decorrentes da implementação do projeto, assim como a reformulação das metodologias inerentes às ações desenvolvidas, que tiverem menor impacto junto dos alunos. Daqui resultará uma reflexão, que deverá servir de base à elaboração de propostas de trabalho para o ano letivo seguinte.

7. ANEXOS

(Anexo1) -Conteúdos mínimos ED Sexual

(Anexo2) -Grelha Ed. Sexual /disciplinas

(Anexo3) -Grelha Ed. Sexual de Turma

(Anexo4) - Avaliação do Projeto de Educação Sexual de Turma

(Anexo5) - Avaliação do Projeto de Educação Sexual de Turma (1º Ciclo)