



## Projeto de Promoção e de Educação para a Saúde (PPES)



***“Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”***

Organização Mundial de Saúde (1948)

***“Educação para a Saúde é qualquer combinação de experiências de aprendizagem que tenham por objetivo ajudar os indivíduos e as comunidades a melhorar a sua saúde, através do aumento dos conhecimentos ou influenciando as suas atitudes”***

Organização Mundial de Saúde (1998)

***Promoção da saúde é definido o processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades para controlarem a sua saúde, no sentido de a melhorar.***

Carta de Ottawa (1986)



## PREÂMBULO

---

“A Promoção da Educação para a Saúde em meio escolar é um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontarem-se positivamente consigo próprios, construir um projeto de vida e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis. A Promoção da Educação para a Saúde na escola tem, também, como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa. A Promoção da Educação para a Saúde tem um papel fulcral no desenvolvimento de cidadãos e sociedades saudáveis, sustentáveis e felizes, razão pela qual contribui para as metas e objetivos definidos pela Organização Mundial de Saúde para a Saúde e Bem-Estar na Europa – Saúde 2020, para a Estratégia Europa 2020, no que respeita ao crescimento sustentável e à educação inclusiva e para Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável, das Organizações das Nações Unidas. A IX Conferência Mundial sobre Promoção da Saúde (2016) reforça a importância de promover a saúde e melhorar o nível de literacia para a saúde num contexto global de promoção do desenvolvimento sustentável. A Escola, enquanto organização empenhada em desenvolver a aquisição de competências pessoais, cognitivas e socio emocionais é o espaço por excelência onde, individualmente e em grupo, as crianças e jovens aprendem a gerir eficazmente a sua saúde e a agir sobre fatores que a influenciam”.

*in Referencial de Educação para a Saúde DGE, junho de 2017*



## INTRODUÇÃO

---

Sendo a saúde “*um estado completo de bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença ou enfermidade*” (OMS, 1948) e a escola uma instituição Promotora de Educação para a Saúde, deve a escola criar experiências de aprendizagem que melhorem a saúde individual e da comunidade através da construção do conhecimento e da mudança das atitudes, capacitando os indivíduos e a comunidade de forma a que controlem a sua saúde, no sentido de a melhorar. A Educação para a Saúde deve ser uma prioridade de qualquer escola, que deve ter como finalidade a preservação da saúde individual e coletiva.

A Educação para a Saúde em Meio Escolar deve 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. A ausência de informação irá incapacitar e/ou dificultar a tomada de decisão por parte dos estudantes ao longo da vida.

O Projeto de Promoção e de Educação para a Saúde (PES) pretende efetivar a Educação para a Saúde, prevenindo não só a doença, mas promovendo o bem-estar geral através da prática de hábitos de vida saudável. Para esse efeito deverão ser desenvolvidas ações de sensibilização, de informação e de prevenção, de forma a que a Comunidade Educativa adquira conhecimentos, atitudes e valores promotores da saúde.

O Projeto PES deverá aglutinar com outros projetos, programas, planos e atividades do plano anual de atividades em desenvolvimento no agrupamento, que concorrem, de uma forma articulada, para uma Escola Promotora de Saúde. Para que a escola possa continuar a ser uma Escola Saudável, o Projeto PES deverá contar com o empenho e o compromisso da comunidade educativa: os alunos, os pais e encarregados de educação, o pessoal docente, o pessoal não docente e os parceiros externos.

Este ano letivo, o Agrupamento foi, mais uma vez, galardoado com o Selo Escola Saudável, Nível III, Avançado, que estará em vigência durante o próximo biénio (2021-2023). Este galardão foi criado pela Direção-Geral da Educação, no âmbito do Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES), com a finalidade de distinguir as escolas que integrem, nas suas práticas quotidianas, ações promotoras de saúde na comunidade educativa.



## ENQUADRAMENTO LEGAL

O atual quadro legislativo torna obrigatória a inclusão da Promoção e da Educação para a Saúde, como área de formação global do indivíduo, no Projeto Educativo. Assim:

- **Despacho Ministerial n.º 15 587/99, de 12 de agosto** – Cria a Comissão de Coordenação da Promoção e Educação para a Saúde (CCPES), incumbida de coordenar a intervenção para a promoção de saúde em meio escolar.
- **Despacho n.º 25995/2005** – Aprova e reafirma os princípios orientadores das conclusões desses documentos no que se refere ao modelo de educação para a promoção da saúde.
- **Despacho do Secretário de Estado da Educação, de 27 de Setembro de 2006** – Define as linhas de orientação e temáticas prioritárias no âmbito da Educação para a Saúde, a integrar obrigatoriamente no Projeto Educativo de cada Agrupamento/Escola.
- **Despacho n.º 2506/2007, de 20 de Fevereiro** – Estabelece as condições necessárias ao desempenho das funções do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento /Escola.
- **Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 7 de Setembro de 2007.**
- **Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto de 2009** – Estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar.
- **Portaria n.º 196-A/2010 de 9 de Abril de 2010** – Regulamenta a Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto.
- **Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde, produzido pela Direção Geral de Educação (DGE) em setembro de 2014.**
- **Referencial de Educação para a Saúde** – Produzido pelas Direções-Gerais da Educação e da Saúde, em colaboração com o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD) - junho de 2017.
- **Despacho n.º 6478/2017, 26 de julho** – Homologa o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, que considera o bem-estar, a saúde e o ambiente como uma das áreas de competências.
- **Resolução da Assembleia da República n.º 254/2017** – Recomenda ao Governo o aumento das competências dos gabinetes de informação e apoio ao aluno no âmbito da educação para a saúde e educação sexual e o seu alargamento ao ensino superior entre outras medidas no âmbito da educação sexual.
- **Decreto-Lei n.º 55/2018, de 6 de julho** – Estabelece o currículo dos ensinos básico e secundário e os princípios orientadores da avaliação das aprendizagens. Cria a componente Cidadania e Desenvolvimento, 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.



## FINALIDADES

---

De acordo com o documento “Construindo Escolas Promotoras de Saúde: Diretrizes para promover a saúde em meio escolar” (2009), uma Escola Promotora de Saúde deve melhorar os resultados escolares e facilitar ações a favor da saúde gerando conhecimentos e habilidades nos domínios cognitivo, social e comportamental. Assim, uma Escola Promotora de Saúde:

- Promove a saúde e o bem-estar dos alunos.
- Melhora os resultados escolares.
- Defende os princípios de justiça social e equidade.
- Fornece um ambiente seguro e de apoio.
- Fomenta a participação dos alunos e desenvolve as suas competências.
- Articula as questões e os sistemas da saúde e da educação.
- Aborda as questões de saúde e bem-estar de todo o pessoal da escola.
- Colabora com os pais dos alunos e com a comunidade.
- Integra a saúde nas atividades correntes da escola, no programa escolar e nos critérios de avaliação.
- Estabelece objetivos realistas com base em dados precisos e com sólidas evidências científicas.
- Procura uma melhoria constante através de uma supervisão e a avaliação contínua.



## OBJETIVOS

Indo ao encontro das finalidades de uma Escola Promotora de Saúde, o Projeto de Promoção e de Educação para a Saúde pretende atingir os seguintes objetivos:

- Fomentar o reconhecimento da saúde como um bem precioso que todos desejamos ter e devemos promover;
- Melhorar o estado de saúde global da comunidade escolar em geral, e das crianças e jovens em particular;
- Estimular o apreço pelo seu próprio corpo e pela conquista da saúde individual;
- Explorar as questões de saúde no contexto da vida dos alunos e da comunidade;
- Fomentar hábitos de vida saudáveis com liberdade e responsabilidade;
- Sensibilizar para a importância das medidas preventivas que visam a melhoria do estado de saúde;
- Implementar estratégias de intervenção diversificadas no âmbito da saúde;
- Promover ações de sensibilização que previnam os comportamentos de risco;
- Consciencializar os membros da comunidade educativa sobre a sua saúde;
- Desenvolver na comunidade educativa a aquisição de competências que gerem uma progressiva autorresponsabilização;
- Contribuir para uma tomada de consciência da responsabilidade individual na saúde da comunidade;
- Sensibilizar a comunidade educativa para a necessidade da Educação para a Saúde, fomentando a sua adesão e envolvimento neste projeto;
- Promover a relação Escola-Família, Escola-Centro de Saúde e/ou com outras instituições/parceiros;
- Desenvolver vertentes de pesquisa e intervenção, promovendo a articulação dos diferentes conhecimentos disciplinares e não disciplinares;
- Reforçar a componente humanista da vivência escolar, pela promoção e/ou reforço das interações positivas entre todos os elementos da comunidade educativa;
- Promover a erradicação os comportamentos relacionados com a violência;
- Prevenir o consumo de substâncias psicoativas nas crianças e jovens;
- Promover a alimentação saudável dentro e fora da Escola;
- Estimular uma atividade física crescente;
- Contribuir para a melhoria dos afetos e dos relacionamentos entre crianças e jovens;
- Contribuir para a abordagem da educação para a sexualidade com naturalidade.



## METODOLOGIA

A Promoção da Educação para a Saúde será efetuada numa perspetiva interdisciplinar e numa lógica de transversalidade. O desenvolvimento deste projeto deverá ser adequado aos diferentes níveis etários, envolvendo a comunidade educativa e dinamizado em colaboração estreita com os serviços de saúde. Contará com o diagnóstico de necessidades de saúde, e conseqüente adoção de medidas conducentes à resolução das necessidades identificadas. Para o efeito serão estabelecidas parcerias com instituições de saúde, ou outras, que eventualmente se revelem úteis para a implementação deste projeto. Sempre que possível, as atividades serão concretizadas em tempos letivos de disciplinas, cujo programa articule com a temática a tratar.

## TEMÁTICAS

Tendo em conta o Referencial de Educação para a Saúde, as temáticas prioritárias definidas no Despacho do Secretário de Estado da Educação de 27 de setembro de 2006, para os diferentes níveis de ensino, constam das grelhas que se seguem, que contemplam também os subtemas e os objetivos específicos:

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre- Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
<b>Tema: SAÚDE MENTAL e PREVENÇÃO da VIOLÊNCIA</b>					
<b>Subtemas</b>	<b>Objetivos</b>				
<b>1. Identidade</b>	Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única	X	X	X	X
<b>2. Pertença</b>	Adotar o sentido de pertença individual e social	X	X	X	X
<b>3. Comunicação</b>	Comunicar de forma positiva, eficaz e assertiva	X	X	X	X
<b>4. Emoções</b>	Desenvolver o autoconhecimento na sua dimensão emocional	X	X	X	X
	Desenvolver a literacia emocional	X	X	X	X
<b>5. Autonomia</b>	Demonstrar a autonomia em cada uma das etapas do crescimento e desenvolvimento	X	X	X	X
<b>6. Interação</b>	Construir relações positivas com os outros e com o meio ambiente	X	X	X	X
<b>7. Risco</b>	Identificar riscos e comportamentos de risco	X	X	X	X
	Intervir de forma eficaz na prevenção de riscos individuais, situacionais e ambientais		X	X	X
<b>8. Proteção</b>	Conhecer fatores protetores	X	X	X	X
	Aumentar a perceção individual face aos processos protetores	X	X	X	X
<b>9. Violência</b>	Identificar a violência dirigida aos outros	X	X	X	X
	Identificar a violência dirigida ao próprio	X	X	X	X
	Adotar uma cultura de respeito e tolerância	X	X	X	X





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
<b>Tema: SAÚDE MENTAL e PREVENÇÃO da VIOLÊNCIA</b>					
Subtemas	Objetivos				
<b>10. Escolhas, desafios e perdas</b>	Utilizar as fases do processo de tomada de decisão: definir objetivos e gerir emoções e valores associados	X	X	X	X
<b>11. Valores</b>	Desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças	X	X	X	X
<b>12. Resiliência</b>	Adotar comportamentos resilientes	X	X	X	X

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
<b>Tema: EDUCAÇÃO ALIMENTAR</b>					
Subtemas	Objetivos				
<b>1. Alimentação e influências socioculturais</b>	Compreender como as questões sociais, culturais e económicas influenciam os consumos alimentares	X	X	X	X
	Identificar a Dieta Mediterrânica como exemplo das diferentes influências socioculturais sobre o consumo alimentar	X	X	X	X
<b>2. Alimentação, nutrição e saúde</b>	Reconhecer a alimentação como um dos principais determinantes da saúde	X	X	X	X
	Relacionar a alimentação com a prevenção e desenvolvimento das principais doenças crónicas (diabetes, doença cardiovascular e oncológica)	X	X	X	X
	Reconhecer a Dieta Mediterrânica como exemplo de um padrão alimentar saudável	X	X	X	X
<b>3. Alimentação e escolhas individuais</b>	Reconhecer que as escolhas alimentares são influenciadas por determinantes psicológicos e sensoriais, a nível individual e de grupo	X	X	X	X
	Analisar criticamente os comportamentos de risco na alimentação		X	X	X
<b>4. O ciclo do alimento – do produtor ao consumidor</b>	Reconhecer a origem dos alimentos	X	X	X	X
	Identificar fatores que influenciam o produto alimentar antes de chegar à mesa do consumidor: a produção agrícola, a transformação industrial e a distribuição	X	X	X	X
<b>5. Ambiente e alimentação</b>	Reconhecer o impacto que os padrões alimentares têm sobre o ambiente	X	X	X	X
	Reconhecer o papel do cidadão e das suas escolhas alimentares na sustentabilidade ambiental		X	X	X
<b>6. Compra e preparação de alimentos</b>	Adotar comportamentos adequados na aquisição, armazenamento, preparação e consumo de alimentos	X	X	X	X
<b>7. Direito à alimentação e segurança alimentar</b>	Reconhecer o direito à alimentação como um direito humano consagrado pelas nações unidas	X	X	X	X
<b>8. Alimentação em meio escolar</b>	Reconhecer a escola como um espaço próprio para a promoção da alimentação saudável e adoção de comportamentos alimentares equilibrados	X	X	X	X



Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Tema: ATIVIDADE FÍSICA					
Subtemas	Objetivos				
1. Comportamento sedentário	Evitar longos períodos em comportamento sedentário	X	X	X	X
2. Atividade física e desportiva	Aumentar a prática de AF e desportiva.	X	X	X	X
	Compreender como a prática de AF favorece o desenvolvimento integral da criança e do jovem	X	X	X	X

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
Tema: COMPORTAMENTOS ADITIVOS e DEPENDÊNCIAS					
Subtemas	Objetivos				
1. Comportamentos aditivos e dependências (CAD)	Identificar e conhecer conceitos fundamentais no âmbito do fenómeno dos CAD	X	X	X	X
2. Tabaco	Reconhecer o tabaco como fator causal evitável de doença e morte prematura	X	X	X	X
	Conhecer os efeitos do tabaco na saúde, imediatos e a longo prazo, individuais, familiares, sociais e ambientais	X	X	X	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo tabágico		X	X	X
	Desenvolver estratégias pessoais para lidar com situações de risco	X	X	X	X
3. Álcool	Identificar os problemas ligados ao álcool no que diz respeito à doença e morte prematura	X	X	X	X
	Conhecer os efeitos do álcool na saúde, imediatos e a longo prazo	X	X	X	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo de bebidas alcoólicas		X	X	X
	Identificar padrões de consumo de bebidas alcoólicas, as respetivas consequências e riscos associados			X	X
	Adotar comportamentos adequados face ao consumo de bebidas alcoólicas			X	X
4. Outras substâncias psicoativas (SPA)	Identificar as características e os tipos de SPA		X	X	X
	Conhecer e identificar os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, do consumo de SPA na saúde		X	X	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo de SPA		X	X	X
	Identificar os diferentes padrões de consumo de SPA e as respetivas consequências e os riscos associados ao seu consumo			X	X
	Adotar comportamentos adequados face ao consumo de SPA			X	X
5. Outras adições sem substâncias	Conhecer os tipos e características das adições e dependências sem substância	X	X	X	X
	Conhecer os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, das adições e dependências sem substância		X	X	X



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
<b>Tema: COMPORTAMENTOS ADITIVOS e DEPENDÊNCIAS</b>					
Subtemas	Objetivos				
	Identificar fatores de risco e de proteção em relação às adições e dependências sem substância		X	X	X
	Adotar comportamentos adequados face às adições e dependências sem substância			X	X

Tema/Subtemas/Objetivos		Pre-Escolar	1º Ciclo	2º Ciclo	3º Ciclo
<b>Tema: Afetos e Educação para a Sexualidade</b>					
Subtemas	Objetivos				
<b>1. Identidade e Género</b>	Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única no que respeita à sexualidade, à identidade, à expressão de género e à orientação sexual	X	X	X	X
	Desenvolver uma atitude positiva no que respeita à igualdade de género	X	X	X	X
<b>2. Relações afetivas</b>	Reconhecer a importância dos afetos no desenvolvimento individual	X	X	X	X
	Reconhecer a importância das relações interpessoais	X	X	X	X
	Valorizar as relações de cooperação e de interajuda	X	X	X	X
<b>3. Valores</b>	Desenvolver valores de respeito, tolerância e partilha	X	X	X	X
<b>4. Desenvolvimento da sexualidade</b>	Ser capaz de aceitar e integrar as mudanças físicas e emocionais associadas à sexualidade, ao longo da vida	X	X	X	X
	Ser responsável para consigo e para com os outros	X	X	X	X
<b>5. Maternidade e Paternidade</b>	Refletir para o desenvolvimento de um projeto de vida	X	X	X	X
	Adotar atitudes e comportamentos saudáveis			X	X
<b>6. Direitos sexuais e reprodutivos</b>	Reconhecer os direitos sexuais e reprodutivos como componente dos Direitos Humanos			X	X



## PLANIFICAÇÃO DAS ATIVIDADES

CALENDARIZAÇÃO (1º P)	ATIVIDADE A DESENVOLVER	DESCRIÇÃO/OBJETIVOS	OBJETIVOS DO PEA	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	DESTINATÁRIOS	RESPONSÁVEIS/ DINAMIZADORES	PARCEIROS
Início do ano letivo	<b>Constituição do Parque Escolar</b>	Preenchimento de grelha com o número de alunos, de professores de pessoal não docente e de profissionais manipuladores de alimentos por estabelecimento de ensino do Agrupamento.	O3	Bem-estar, saúde e ambiente	Comunidade escolar	Coordenadora do PPES Direção	Saúde Escolar
Ao longo do ano letivo	<b>Cheques dentista</b>	Levantamento dos alunos nascidos a 2008, 2011 e 2014 para posterior atribuição.	O3; O4; O6	Bem-estar, saúde e ambiente	Alunos abrangidos pelo PNPSO	Coordenadora do PPES Direção Professores titulares de turma Diretores de turma	Saúde Escolar
Ao longo do ano letivo	<b>Programa Nacional de Saúde Oral Bibliotecas Escolares (SOBE)</b>	Candidatura da escola ao SOBE, programa de promoção da saúde oral nos JI e nas escolas do 1º ciclo.	O3; O6; O7; O8; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico	Alunos do Pré-escolar e 1º ciclo	Professor Bibliotecário Coordenadora do PPES Professores titulares de turma	Saúde Escolar



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

<p>Ao longo do ano letivo</p>	<p><b>Criação do GIAA</b></p>	<p>Gabinete de informação e de apoio ao aluno para o esclarecimento de dúvidas e prevenção de comportamentos de risco. Encaminhamento de alunos com situações de saúde especial para a saúde escolar. Envolvimento nas atividades.</p>	<p>O3; O6; O7; O8; O9; O10</p>	<p>Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico</p>	<p>Alunos do 2º e 3º ciclos</p>	<p>Coordenadora do PPES Diretores de Turma</p>	
<p>Ao longo do ano letivo</p>	<p><b>Projeto de Educação Sexual de Turma – Programa PRESSE</b></p>	<p>Projeto de implementação da educação sexual em cada turma, do qual constam os temas a abordar assim como as atividades que irão ser desenvolvidas dentro de cada tema</p>	<p>O3; O6; O7; O8; O9; O10</p>	<p>Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo</p>	<p>Alunos do 1º, 2º e 3º ciclos</p>	<p>Coordenadora do PPES Diretores de Turma Professores titulares do 1º ciclo</p>	



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Saber científico, técnico e tecnológico			
16 de outubro	<b>Dia Mundial da alimentação</b>	Promoção de uma alimentação saudável através da elaboração de ementas saudáveis, da construção do jogo do Cocas com mensagens saudáveis alusivas à nutrição, da atividade “Doze adivinhas, doze alimentos” e da colocação de etiquetas com conselhos para uma alimentação saudável. Decoração de um placard com informação sobre a alimentação saudável.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Alunos do Pré-escolar e 1º, 2º e 3º ciclos.	Equipa do PPES	
13, 15 e 30 de outubro	<b>“Outubro rosa”</b>	Elaboração de um marcador de livros com posterior distribuição, acompanhado pela leitura de um poema feita por alunos de 9º ano, de forma a consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama. Colocação de faixas à entrada da escola para chamar a atenção para o problema. Oferta de um chá rosa saudável. Visualização de um vídeo de sensibilização para os alunos mais novos para o problema do cancro.	O3; O6; O7; O8; O9	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Consciência e domínio do corpo	Comunidade escolar	Equipa do PPES Professores de Ciências Naturais do 9º ano.	



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

		Elaboração de um placard de sensibilização para a prevenção do cancro de mama que afeta tanto homens como mulheres.		Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico			
14 de novembro	<b>Dia Mundial da Diabetes</b>	Elaboração de um placard com informação que chama a atenção para o n.º crescente de indivíduos com diabetes. Visualização de um vídeo sobre a história de uma criança/jovem com diabetes. Elaboração de uma mensagem sobre a diabetes para ser lida em todas as turmas.	O3; O6; O7; O8; O9	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar	Equipa do PPES	
17 de novembro	<b>Dia Nacional do Não fumador</b>	Fixação de um cigarro com uma mensagem dissuasora do consumo de tabaco.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação	Comunidade escolar da EB 2,3	Equipa do PPES	

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

		captação de fotografias por alunos de 9º ano com molduras alusivas ao tema.		Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico		Professoras de Ciências Naturais do 9º ano.	
17 de novembro	<b>Dia Mundial de Luta contra o Cancro da Próstata – “novembro Azul”</b>	Decoração de um placard com mensagens alusivas à importância da prevenção do cancro da próstata. Captação de fotografias por alunos de 9º ano com molduras alusivas ao tema.	03 06; 07; 08; 09	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar da EB 2,3	Equipa do PPES Professoras de Ciências Naturais do 9º ano.	





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

1 de dezembro	<b>Dia Mundial de Luta contra a SIDA</b>	<p>Palestra sobre a SIDA/VIH, seguida de sessão sobre comportamentos de risco.</p> <p>Decoração de um placar alusivo à data.</p> <p>Visualização de um vídeo da ONU sobre os 40 anos de luta contra a SIDA.</p> <p>Colocação de um laço vermelho na entrada da escola. Construção de uma árvore de natal com laços e mensagens sobre a saúde.</p>	O3; O6; O7; O8; O9; O10	<p>Informação e comunicação</p> <p>Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>Relacionamento interpessoal</p> <p>Desenvolvimento pessoal e autonomia</p> <p>Bem-estar, saúde e ambiente</p> <p>Consciência e domínio do corpo</p> <p>Saber científico, técnico e tecnológico</p>	Comunidade escolar da EB 2,3 Alunos de 9º ano (palestra)	<p>Equipa do PPES</p> <p>Professoras de Ciências Naturais do 9º ano.</p> <p>Professores acompanhantes das turmas participantes (9º A, B, C e E).</p> <p>Professor bibliotecário.</p>	Saúde escolar
---------------	--	---	-------------------------	---	---	--	---------------

CALENDARIZAÇÃO (2º P)	ATIVIDADE A DESENVOLVER	DESCRIÇÃO/OBJETIVOS	OBJETIVOS DO PEA	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	DESTINATÁRIOS	RESPONSÁVEIS/DINAMIZADORES	PARCEIROS
Janeiro	<b>Palestra "Bullying e Cyberbullying"</b>	Ação de sensibilização para a problemática.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	<p>Informação e comunicação</p> <p>Pensamento crítico e pensamento criativo</p> <p>Relacionamento interpessoal</p> <p>Desenvolvimento pessoal e autonomia</p>	Alunos de 6º ano	<p>Equipa do PPES</p> <p>Professores acompanhantes das turmas participantes</p> <p>Diretores de turma</p>	GNR



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico			
Janeiro	<b>Palestra sobre "Consumo de substâncias psicoativas"</b>	Conhecer e alertar para os perigos/problemas associados ao consumo de substâncias psicoativas.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Alunos de 7º ano	Equipa do PPES Professores acompanhantes das turmas participantes Diretores de turma	GNR
15 Fevereiro	<b>Palestra "Violência no namoro"</b>	Ação de sensibilização para o tema.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal	Alunos de 8º ano	Equipa do PPES Professores acompanhantes das turmas participantes Diretores de turma	APAV



**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico			
14 a 18 de Fevereiro	<b>“Cultivando afetos”</b>	Ação de sensibilização para o tema.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar	Equipa do PPES Professores acompanhantes das turmas participantes Diretores de turma	
1 de março	<b>Dia do Elogio</b>	Atividade de promoção do elogio entre os membros da comunidade escolar.	O3; O6; O7; O8; O9	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal	Comunidade escolar	Equipa do PPES	Saúde escolar

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente			
4 Março	<b>Dia internacional da Consciencialização sobre o HPV</b>	Pretende-se com a comemoração deste dia promover a educação em torno da infeção por HPV, aumentar a consciencialização sobre a disponibilização de ferramentas de prevenção	O3; O6; O7; O8; O9	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar da EB 2, 3	Equipa do PPES	
18 de março	<b>Dia Mundial do Sono</b>	Pretende ser uma celebração do sono e uma chamada de atenção para a importância do sono, incluindo a sua ligação com a medicina, a educação, aspetos sociais e a condução.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia	Turmas de 8º e de 9º ano	Equipa do PPES Diretores das turmas de 8º e 9º ano SPO	

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Consciência e domínio do corpo Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico			
20 de março	<b>Dia Mundial da Saúde Oral</b>	A data serve para colocar em evidência a importância de manter a saúde da boca durante toda a vida com os hábitos corretos de higiene oral, alimentação adequada e a vigilância adequada.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Saber científico, técnico e tecnológico	Alunos do 1º ciclo	Equipa de PPES Professor bibliotecário	
7 de abril	<b>Dia Mundial da Saúde</b>	Realização de uma feira da saúde	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente	Comunidade escolar	Equipa do PPES Professoras de Ciências Naturais do 9º ano.	

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico			
--	--	--	--	---	--	--	--

CALENDARIZAÇÃO (3º P)	ATIVIDADE A DESENVOLVER	DESCRIÇÃO/OBJETIVOS	OBJETIVOS DO PEA	ÁREAS DE COMPETÊNCIA DO PERFIL DOS ALUNOS	DESTINATÁRIOS	RESPONSÁVEIS/DINAMIZADORES	PARCEIROS
4 de maio	<b>Dia Mundial de Higiene das Mãos</b>	Criado pela Organização Mundial da Saúde, este dia visa alertar para a importância da higiene das mãos como medida preventiva na transmissão de doenças.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar	Equipa do PPES	
6 de maio	<b>Dia Europeu da Insuficiência Cardíaca</b>	Com a comemoração desta data procura-se chamar a atenção para esta condição, que é a mais comum causa de hospitalização em doentes com mais de 65 anos.	O3; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo	Comunidade escolar	Equipa do PPES	Saúde Escolar

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico			
16 de maio	<b>Dia Europeu do Melanoma</b>	Este dia visa alertar a população para os perigos da exposição solar excessiva e os malefícios que pode originar na pele.	03; 06; 07; 08; 09	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Comunidade escolar	Equipa do PPES Direção Professores titulares de turma Diretores de turma	Saúde Escolar Liga Portuguesa Conto o Cancro
21 de maio	<b>Dia Nacional de Luta Contra a Obesidade</b>	Dia que visa sensibilizar a população para os perigos da obesidade e doenças associadas.	03; 06; 07; 08; 09; 010	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo	Comunidade escolar	Equipa do PPES Professores titulares de turma Diretores de turma	Saúde Escolar

Cofinanciado por:





**Agrupamento de Escolas de Pevidém (151040)**

				Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico			
31 de maio	<b>Dia Mundial sem Tabaco</b>	Tem como objetivo alertar a comunidade escolar para os malefícios do tabaco e também sensibilizar para a necessidade de proteger as pessoas que não fumam do tabagismo passivo.	O3; O4; O6; O7; O8; O9; O10	Informação e comunicação Pensamento crítico e pensamento criativo Relacionamento interpessoal Desenvolvimento pessoal e autonomia Bem-estar, saúde e ambiente Consciência e domínio do corpo Saber científico, técnico e tecnológico	Alunos do 2º e 3º ciclos.	Equipa do PPES Diretores de turma	Saúde Escolar

Cofinanciado por:









## EQUIPA PROJETO PES

Os elementos que constituem a equipa do Projeto de Promoção e de Educação para a Saúde são os seguintes:

- Alejandra Ferreira (Grupo 520) – Coordenadora;
- M<sup>a</sup> Cândida Costa (Grupo 520);
- Maria Fernanda Faria (Grupo 520);
- Ana Paula Ferraz (Grupo 230);
- José Teixeira (Grupo 530);
- Isabel Rodrigues (Grupo 230);
- M<sup>a</sup> Clara Amorim (Grupo 330);
- Angelina Fernandes (Grupo 110).

## COMUNICAÇÃO E DISSEMINAÇÃO

Os canais privilegiados para a divulgação na comunidade educativa das atividades desenvolvidas no âmbito do Projeto de Promoção e de Educação para a Saúde serão os seguintes:

- Caderneta escolar
- Correio eletrónico
- Jornal do Agrupamento – **Jornal Ecológico**
- Página Web do Agrupamento
- Placards Institucionais
- Plataforma TEAMS

## PARCERIAS

- Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Cuidados da Comunidade de Urgezes (UCC de Urgezes)
- Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva (EMAEI)
- Serviço de Psicologia e Orientação (SPO)
- Guarda Nacional Republicana (GNR)
- Liga Portuguesa Contra o Cancro-Núcleo Regional do Norte (LPCC- NR do Norte)
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV)

## AVALIAÇÃO DO PROJETO

A avaliação será realizada pelos elementos da equipa do Projeto PES e pelos coordenadores dos projetos, programas, planos e atividades do PAA envolvidos na sua concretização, através da elaboração de relatórios. Nessa avaliação serão utilizados como instrumentos de avaliação, a observação direta ou questionários assim como os indicadores próprios dos relatórios.

A Equipa do Projeto PES