

Agrupamento de Escolas Sá de Miranda

PAA 2019/2020

ANEXO III

(PES em parceria com o SPO)

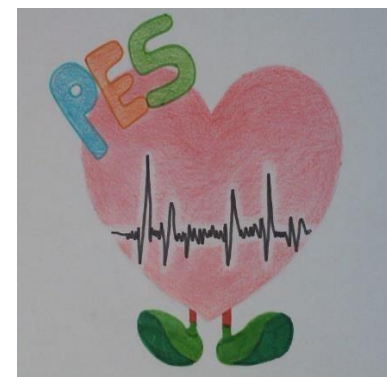
**PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO
PARA A SAÚDE - PES**

Equipa:

Professores: M^a Paula Morgado (Coordenadora),
Ana Sampaio (sub-coordenadora/ EBP),
Filomena Abreu (EBP)
Manuel Vieira (ESM),
António Amorim (ESM),
Paula Fernanda Vale (1º ciclo) ,
a designar (JI)

Técnicos: Ana Leite (Psicóloga/ Coord. SPO);
Margarida Silva (Enfermeira/ Coord. GIA)

PES – Plano Anual de Atividades 2019/2020



1. INTRODUÇÃO

A equipa PES desenvolve a sua ação no âmbito de uma diversidade de eixos de intervenção, dando cumprimento ao estipulado no Plano Nacional de Educação para a Saúde em Meio Escolar.

Domínio/ Eixos de Intervenção	Objetivos
Saúde Mental e Prevenção da Violência	Consciencializar para a importância de comunicar de forma positiva, eficaz e assertiva; Capacitar para a identificação e atuação em situações/ comportamentos de risco, de violência, e de transgressão
Comportamentos Aditivos e Dependências	Identificar e conhecer conceitos fundamentais no âmbito do fenómeno do CAD (Comportamentos aditivos e dependências); Promover hábitos de vida saudável
Educação Alimentar	Reconhecer a escola como um espaço próprio para a promoção da alimentação saudável e adoção de comportamentos alimentares equilibrados
Afetos e Educação para a Sexualidade	Reconhecer a importância dos afetos no desenvolvimento individual e psicossocial; Promover relações interpessoais e afetivas saudáveis
Higiene e Saúde Oral /PNSO	Promover a higiene e saúde oral; Consciencializar para a importância dos hábitos de higiene pessoal
Atividade Física	Promover a prática da atividade física e desportiva
Outros Temas	Capacitar os alunos com os procedimentos básicos para o socorro
	Identificar os alunos com necessidades de saúde especiais

2. ATIVIDADES PREVISTAS PARA ANO LETIVO 2019/2020

A equipa PES propõe atividades para o ano letivo 2019/2020 organizadas por níveis de escolaridade, de acordo com a tabela abaixo. Uma grande maioria das atividades temáticas propostas pela equipa PES pode ser integrada no âmbito do PESME e Cidadania. Ao longo do ano letivo, mediante as necessidades emergentes, poderá esta equipa dar resposta, conforme disponibilidade, a eventuais solicitações não previstas no plano anual.

Tema	Subtema/Atividade	Público-alvo	Período de realização	Local	Intervenientes	Obs.
PRÉ-ESCOLAR						
Saúde Mental e Prevenção da Violência	Dinamização de semanas temáticas	Crianças de 3/4/5 anos	Data a definir			Atividade ainda em planificação
Educação Alimentar	Dinamização de semanas temáticas	Crianças de 3/4/5 anos	Semana da alimentação			Atividade ainda em planificação
	Passezinhos	Crianças de	Ao longo do			Atividade ainda em planificação

		3/4/5 anos	ano			
Afetos e Educação para a Sexualidade			Data a definir			Atividade ainda em planificação
Higiene e Saúde Oral /PNSO	Saúde oral/ PNSO	Crianças de 3/4/5 anos	Ao longo do ano			Atividade ainda em planificação
Atividade Física	Caminhada Saudável	Comunidade escolar	Data a definir	EBP	PES e EBP	Atividade ainda em planificação
	Piratas vão à piscina		Data a definir			Atividade ainda em planificação
Outros Temas	Deveres e direitos do cidadão e a preservação da natureza - dinamização de projetos	Crianças de 3/4/5 anos	Data a definir			Atividade ainda em planificação
	Regras básicas de segurança e prevenção de acidentes – sessões temáticas	Crianças de 3/4/5 anos	Data a definir		GNR/PSP	Atividade ainda em planificação
	Pimpolho: Despistar e prevenir a Ambliopia - Consulta de oftalmologia	Crianças de 3/4/5 anos	Data a definir			Atividade ainda em planificação
	Hospital dos bonequinhos: Dinamização de rotinas e procedimentos médicos com as crianças	Crianças de 3/4/5 anos	Data a definir			Atividade ainda em planificação
1º CICLO						
Educação Alimentar	Passe EA1	1º, 2º, 3º, 4º	Ao longo do ano			Atividade ainda em planificação
Afetos e Educação para a Sexualidade	PESME	1º, 2º, 3º, 4º	Ao longo do ano			Atividade ainda em planificação
	Aproximações abusivas	1º, 2º, 3º, 4º	2.º Período		Enfermeira escolar	Atividade ainda em planificação
Higiene e Saúde Oral /PNSO	Saúde oral/ PNSO	1º, 2º, 3º, 4º e A.O.	Ao longo do ano			Atividade ainda em planificação
Atividade Física	Caminhada Saudável	Comunidade escolar	Data a definir	EBP	PES e EBP	Atividade ainda em planificação
2º CICLO						
Saúde Mental e Prevenção da Violência	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Bullying e cyberbullying	5º	1.º Período	EBP	GNR Escola Segura	50'

	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Internet segura (Redes sociais, jogos)	6º	1.º ou 2.º período	EBP	GNR Escola Segura	50'
Educação Alimentar	Trabalhos sobre Alimentação Saudável	6º	1.º Período	EBP	Docentes de C.N.	
	Dia Internacional das Alimentação Leva uma salada de frutas e um molho de dicas saudáveis	Alunos da ESM	16 out	EBP	Equipa PES	Manhã
Afetos e Educação para a Sexualidade	Gabinete de Informação ao Aluno - GIA	Alunos da EBP	Ano Letivo 1 manhã (3ªf)	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	
	PESME	5º e 6º	Ao longo do ano letivo	EBP	Conselho de turma	
Higiene e Saúde Oral /PNSO	Semana temática saúde oral/ Sessões sobre higiene oral	5º	2.º Período	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	
	Sessões sobre higiene	6º	1.º ou 2.º período	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	
Atividade Física	Caminhada Saudável	Comunidade escolar	Data a definir	EBP	PES e EBP	
Outros Temas	Inclusão escolar - Identificação de alunos necessidades de saúde especiais	Alunos da EBP	Ao longo do ano letivo	EBP	DTs, GIAA, PES	
	Suporte Básico de vida	6º	2.º Período	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	50'
3º CICLO						
Comportamentos Aditivos e Dependências	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Não ao Tabaco	Turmas do 7º ano	2º período (a calendarizar com GIAA)	EBP e ESM	GIAA (Enfermeira Escolar)	50'
	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Consumo de álcool e estupefacientes	Turmas do 8º ano	2.º período	EBP	GNR Escola Segura	50'
	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Não ao Álcool e Drogas	Turmas do 8º ano	out ou dez (a calendarizar com parceiros)	ESM	PSP Escola Segura	50'
	Trabalhos/investigação por alunos	9.º	1.º período	EBP e ESM	Docentes de C.N.	

Educação Alimentar	Realização de trabalhos sobre a importância da sopa.	9º	1.º período	EBP	Docentes de C.N.	
	- Realização de trabalhos sobre a importância da fruta.	9º	1.º período	EBP	Docentes de C.N.	
	Dia Internacional das Alimentação Leva uma salada de frutas e um molho de dicas saudáveis	Alunos da ESM	16 out	EBP e ESM	Equipa PES	Manhã
Afetos e Educação para a Sexualidade	Gabinete de Informação ao Aluno - GIA	Alunos da EBP	Ano Letivo 1 manhã (3ªf)	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	
	PESME	7º, 8º e 9º	Ao longo do ano letivo	EBP	Conselho de turma	
	Gabinete de Informação ao Aluno - GIA	Alunos da ESM	Ano Letivo 2 manhãs (4ªf, 5ªf)	ESM	GIAA (Enfermeira Escolar)	
Higiene e Saúde Oral /PNZO	Semana temática saúde oral/ Sessões sobre higiene oral	8º	2.º período	EBP	GIAA (Enfermeira Escolar)	
Atividade Física	Caminhada Saudável	Comunidade escolar	Data a definir	EBP	PES e EBP	
Outros Temas	Inclusão escolar – Identificação/apoio de alunos com necessidades de saúde especiais	Alunos de ESM	Ano letivo	EBP ESM	DTs, GIAA, PES	
	Suporte Básico de Vida	Turma do 9º ano	2º período (a calendarizar com GIAA)	EBP e ESM	GIAA (Enfermeira Escolar)	50'+50'
SECUNDÁRIO						
Saúde Mental e Prevenção da Violência	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Incivilidades em Meio Escolar	Turmas do 10º ano	jan/ fev (a calendarizar com parceiros)	ESM	PSP Escola Segura	50'+50'
Comportamentos Aditivos e Dependências	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Vive na Real – Não na Dependência (50'+50')	Turmas do 12º ano	nov (dez) (a calendarizar com parceiros)	ESM	PSP Escola Segura	50'+50'
Educação Alimentar	Dia Internacional das Alimentação Leva uma salada de frutas e um molho de dicas saudáveis	Alunos da ESM	16 out	ESM	Equipa PES	Manhã
Afetos e Educação para a	Gabinete de Informação ao Aluno -	Alunos da	Ano Letivo	ESM	GIAA	

Sexualidade	GIA	ESM	2 manhãs (4 ^{af} , 5 ^{af})		(Enfermeira Escolar)	
	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Métodos Contracetivos	Turmas do 10º ano	Out a dez (a calendarizar com GIAA)	ESM	GIAA (Enfermeira Escolar)	50'
	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Doenças Sexualmente Transmissíveis/ DST	Turmas do 10º ano	fev a mar (a calendarizar com GIAA)	ESM	GIAA (Enfermeira Escolar)	50'+50'
	Sessão de (Inf) Formação e Aconselhamento: Violência no Namoro (TeatroFórum)	Turmas do 11º ano	Janeiro (a calendarizar com parceiros)	ESM	Gerações 3D	50'+50'
Atividade Física	Caminhada Saudável	Comunidade escolar	Data a definir	EBP	PES e EBP	
Outros Temas	Inclusão escolar – Identificação/apoio de alunos com necessidades de saúde especiais	Alunos de ESM	Ano letivo	EBP ESM	DTs, GIAA, PES	

A Coordenadora da equipa PES

Maria Paula Morgado

Braga, 14 de outubro de 2019