

Projeto Promoção e Educação para a Saúde



2014/2017

INTRODUÇÃO

Saúde é a capacidade de cada Homem, Mulher ou Criança para criar e lutar pelo seu projeto de vida, pessoal e original, em direção ao bem-estar.

(C. Déjours)

O projeto de Promoção e Educação para a Saúde integra um grupo de trabalho com representantes da área da educação (docentes, alunos, pessoal não docente e encarregados de educação) e da saúde. Consiste num conjunto de estratégias e atividades orientadas para o desenvolvimento de capacidades e de competências essenciais promovendo a responsabilidade individual e comunitária para a tomada de decisões conscientes e informadas na adoção de estilos de vida saudáveis.

Este Projeto, enquanto instrumento de trabalho visa satisfazer as necessidades prioritárias da escola, integrando atividades educativas numa abordagem pedagógica sistemática de temas ligados à saúde em contexto curricular e numa prática de articulação, criando sinergias com o ambiente envolvente.

A operacionalização do Projeto enfatiza a dinamização de três grandes vertentes de ação:

- ✓ Trabalho colaborativo de articulação com a área curricular de Oferta Complementar;
- ✓ Gabinete de atendimento - “Jovem Aparece”;
- ✓ Ações de sensibilização / informação, campanhas e comemoração de dias temáticos.

Neste contexto, a Educação para a Saúde, será efetuada numa perspetiva interdisciplinar, numa lógica de transversalidade, adequada aos diferentes níveis etários e utilizará um modelo pedagógico compreensivo, envolvendo a comunidade escolar, e será dinamizado, sempre que possível, em colaboração estreita com os serviços de saúde, pais e encarregados de educação, e outras entidades externas.

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

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

Desta forma, apresentámos uma candidatura ao Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde (PAPES) a ser implementada em 3 anos (2014/ 2017).

Implementação do PAPES (Programa de Apoio à promoção e Educação para a Saúde)

O plano de ação para a implementação deste projeto no Agrupamento resultou de uma metodologia de trabalho, destacando-se os seguintes passos:

1. Criação de um grupo de trabalho

Agrupamento de Escolas da Quinta do Conde	ACES /ULS
Professora M ^a Albertina Vieira - Coordenadora Professora Luísa Duque Professora Joana Raposo* Professora Ana Freitas - Coordenadora Eco-Escolas*	Enfermeira Ana Rosa Gaboleiro Enfermeira Joana Madeira Enfermeira Ana Trindade
Aluna Ana Sofia Santos	Higienista Oral Dr. António Luís
Auxiliar da Ação Educativa, Graça Batista	Técnica de Saúde Ambiental Inês Lopes
Encarregada de Educação, Ana Oliveira	Psicóloga Rita Trigueiros

* Inserida em 2015/2016

* Inserida em 2016/2017

Horário das docentes da Equipa da Promoção e Educação para a Saúde

M ^a Albertina Vieira - 3 ^a feira das 09:50h às 10:35h Luísa Duque - 3 ^a feira das 09:50h às 10:35h	2014/2015
M ^a Albertina Vieira - 3 ^a feira das 09:50h às 10:35h/6 ^a feira das 09:50h às 10:35h Luísa Duque - 3 ^a feira das 09:50h às 10:35h /5 ^a feira das 09:50h às 10:35h Joana Raposo - 3 ^a feira das 09:50h às 10:35h	2015/2016
M ^a Albertina Vieira - 4 ^a feira das 11:30h às 13:00h Luísa Duque - 4 ^a feira das 11:30h às 12:15h Ana Freitas - 4 ^a feira das 11:30h às 12:15h (Coordenadora do Programa Eco-Escolas)	2016/2017

Competências da Coordenadora da Educação para a Saúde

- Coordenar as atividades de Educação para a Saúde no Agrupamento;
- Elaborar o «Plano de Ação» tendo em conta as recomendações de saúde da Legislação em vigor;
- Apresentar propostas para o Plano Anual de Atividades, no âmbito da Educação para a Saúde;
- Articular com entidades, técnicos e especialistas externos à escola;
- Elaborar um relatório de atividades no final do ano letivo.
- Avaliar a implementação do Projeto no AEQC.

Competências da Equipa da Promoção e Educação para a Saúde (PES)

- Implementar o Projeto de Educação para a Saúde;
- Acompanhar e concretizar o plano de ação do PES;
- Dinamizar as atividades PES;
- Assegurar a aplicação dos conteúdos curriculares;
- Promover a articulação interdisciplinar;
- 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;
- Apoiar os parceiros técnicos no desenvolvimento do plano de ação;
- Criar/Assegurar o funcionamento/atualização do Blog, correio eletrónico

Competências da Equipa alargada PES

- Colaborar na implementação do Projeto de Educação para a Saúde;
- Promover o envolvimento da comunidade educativa.

2. Diagnóstico da Situação da Promoção e Educação para a Saúde na Escola

O diagnóstico foi elaborado com base:

- nos indicadores de avaliação do trabalho realizado no ano transato, nomeadamente, grau de satisfação e interesse dos alunos nas atividades e o nível de participação/ envolvimento;
- na aplicação de um questionário de Diagnóstico Rápido da Promoção e Educação para a Saúde na Escola. Este questionário foi aplicado a uma amostra de alunos do 1º, 2º e 3º Ciclos, de docentes (dos vários ciclos), pessoal não docente, Encarregados de Educação e a profissionais de Saúde. A aplicação deste Questionário permitirá identificar o que a escola já faz e bem, as áreas que necessita melhorar e qual

deverá ser o foco principal do trabalho na Promoção e Educação para a Saúde, neste e nos próximos anos letivos.

3. Definição de prioridades

Após a avaliação inicial da promoção da saúde na escola foram definidas 5 prioridades.

As 5 Prioridades da Escola são:

1. Desenvolver na Oferta Complementar trabalhos e atividades no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde.

2. Implementação do Gabinete de Apoio ao Aluno - Jovem Aparece.

3. Promover hábitos de lanche saudável e a prática da atividade física.

4. Promoção de atividades temáticas e dinamização de dias comemorativos integrados na Promoção e Educação para a Saúde

5. Manter parcerias já estabelecidas com várias entidades (Centro de Saúde) e implementar outras.

4. Planeamento das ações de Promoção e Educação para a Saúde na escola

Depois de estabelecidas as prioridades foi definido os correspondentes objetivos e metas para os 3 anos de execução do projeto.

3 aspetos inovadores do PES

1º Trabalhar as temáticas prioritárias, identificadas no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde, em articulação com a área curricular de Oferta Complementar;

2º Articulação sistemática com a equipa de saúde escolar na operacionalização do Projeto de Educação para a Saúde;

3º Participação no Congresso do GISC (Grupo de Intervenção de Saúde Comunitária) com a apresentação dos trabalhos realizados pelos alunos no âmbito da Promoção e Educação para a Saúde.

ATIVIDADES PROPOSTAS

Data	Atividade a desenvolver	Objetivos	Intervenientes		Observações
			Dinamizadores	Destinatários	
Ao longo do ano	Gabinete do Aluno “ Jovem Aparece!”	<ul style="list-style-type: none"> - Promover hábitos de vida saudáveis nos Adolescentes; - Promover a auto - estima do Adolescente e a sua responsabilização pelas escolhas relativas à sua saúde; - Contribuir para uma vivência saudável da sexualidade; - Detetar, intervir e encaminhar situações que possam afetar a qualidade de vida do Adolescente. 	<ul style="list-style-type: none"> . Equipa da Saúde Escolar . Equipa do PES 	Alunos da EBI	
16 de outubro	Dia Mundial da Alimentação ✓ Hora da fruta na EBI ✓ Nutri-paper	<ul style="list-style-type: none"> - Promover hábitos alimentares saudáveis. - Alertar a comunidade educativa de alguns erros cometidos com a alimentação. 	<ul style="list-style-type: none"> . Equipa do PES . Professoras de CN (6º 9º ano) e do CV . Coordenador do Desporto Escolar . Alunos CV 	Comunidade escolar	
14 de novembro a 17 de novembro	Dia Mundial do Não Fumador	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a prevenção de comportamentos de risco para os fumadores. - Mobilizar a comunidade educativa para a resolução de um enigma de forma a sensibilizar para as vantagens de uma vida sem tabaco. 	<ul style="list-style-type: none"> . Equipa do PES . Professores de CN, EV OC / DT . Alunos de 6º e 7º ano 	Comunidade escolar	
28 de novembro a 02 de dezembro	Dia Mundial da Luta Contra a Sida	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibilizar para a prevenção de comportamentos de risco no âmbito da Sida. 	<ul style="list-style-type: none"> . Professora de CN, Port, Ingl, Fran do 9º ano . Equipa do PES . Alunos do 9º ano 	Comunidade escolar	
Ao longo do ano	Amigo Secreto	<ul style="list-style-type: none"> - Promover laços afetivos e melhorar as relações interpessoais entre professores / professores; 	Equipa do PES	Professores e pessoal não docente	

		professores/pessoal não docente e pessoal não docente / pessoal não docente.			
Ao longo do ano	Projeto Crescer Saudável	- Sensibilização para a importância de uma alimentação saudável.	. Equipa da Saúde Escolar, Fisioterapeuta Cláudia . Equipa do PES	. Alunos do 2º e 3º anos	
	Ação de Sensibilização / informação “ Postura Correta, Saúde na Certa”	- Promover hábitos e estilos de vida saudáveis.		. Docentes . Pessoal não Docente	
1º e 2º Período	Projeto ENA - Rota dos óleos alimentares usados	- Sensibilizar para reciclagem dos óleos usados alimentares na produção de velas.	. Oil2Wax e a SOVENA . Equipa do PES	Alunos de 5º ano e Docentes	
Ao longo do ano	Projeto Eco-agrupamento	- Encorajar o desenvolvimento de atividades, visando a melhoria do desempenho ambiental das escolas, contribuindo para a alteração de comportamentos e do impacto das preocupações ambientais nas diferentes gerações; - criar hábitos de participação e de cidadania, tendo como objetivo principal encontrar soluções que permitam melhorar a qualidade de vida na escola e na comunidade.	Equipa do PES CMS Outras entidades	Comunidade escolar	