

ESCOLA SECUNDÁRIA D. PEDRO V – 2008/2009

Projecto de Educação para a Saúde

– Despacho do Senhor Secretário de Estado da Educação, de 27 de Setembro de 2006 –

Coordenadora: Prof. Doutora Maria Gabriela de Sousa Silva

Colaboradora: Dr.^a Maria do Carmo Henriques

OBJECTIVOS

► Gerais

- Valorizar a Educação para a Saúde como área de educação global;
- Levar os alunos a entenderem e interiorizarem hábitos saudáveis de vida que excluam o consumo de substâncias aditivas e a prática de actividades violentas ou nefastas para a saúde física, mental e psíquica;
- Incentivar nos alunos o gosto pela cultura e pela socialização;
- Promover o bem-estar e o afecto como realidades possíveis de alcançar e viver;
- Informar os alunos da importância de uma sexualidade harmoniosa e saudável na formação global do indivíduo;
- Respeitar o papel dos pais/encarregados de educação na área da Educação para a Saúde;
- Sensibilizar os pais/encarregados de educação para um trabalho conjunto com a escola na área da Educação para a Saúde;
- Desenvolver na escola uma educação alimentar saudável apoiada na cooperação com as famílias;
- Valorizar a importância da actividade física, dentro e fora da escola;
- Consciencializar os adolescentes da importância do aumento saudável do metabolismo basal;
- Transformar a Escola Sec. D. Pedro V num espaço empenhado de optimização da saúde mental, espiritual e física dos seus alunos e de toda a comunidade escolar;
- Divulgar, junto dos órgãos de Comunicação Social, sempre que oportuno, as Acções realizadas na Escola no âmbito da Educação para a Saúde;
- Desenvolver nos alunos a necessidade de cuidados preventivos na área da Saúde.
- Desenvolver nos adolescentes o espírito de voluntarismo junto da família e amigos, sempre que se justifique.

► Específicos

- Levar os alunos a sentirem que no seu espaço escolar há a preocupação com o seu bem-estar físico, mental, sexual e psíquico;
- Despertar nos alunos a sensibilização para questões associadas à saúde física, mental e psíquica e a comportamentos sexuais saudáveis;
- Desenvolver nos alunos competências que os tornem despertos para a sua saúde física, mental e psíquica e lhes possibilitem opções informadas e saudáveis nos seus comportamentos sexuais;
- Melhorar os relacionamentos afectivo-sexuais dos adolescentes contribuindo para erradicar as suas consequências negativas, alertando para doenças sexualmente transmissíveis e gravidezes não planeadas;
- Dar aos alunos competências de protecção perante a diversidade de formas de abuso e exploração sexual;

- Revelar a importância do bem-estar entre os alunos (turmas, anos, ciclos de ensino), facilitador de um ambiente harmonioso e propício ao trabalho conjunto e ao diálogo construtivo;
- Desenvolver nos alunos competências de responsabilização por uma conduta social saudável de rejeição a substâncias aditivas nefastas (álcool, tabaco e drogas);
- Valorizar a importância dos pais/encarregados de educação enquanto transmissores, aos filhos/educandos, de costumes alimentares que se desejam saudáveis;
- Promover a actividade física diversificada sempre que possível em cooperação escola/família;
- Incentivar visitas a espaços de cultura, como museus, parques naturais, centros culturais ou outros, que propiciem a movimentação saudável dos alunos e/ou contribuam para a sua formação cultural global, acompanhados por professores/ou pais/encarregados de educação;
- Desenvolver nos alunos o interesse pelo serviço de voluntariado junto de organismos e instituições ligados à infância, à terceira idade e a patologias diversas;
- Empenhar os alunos em comportamentos solidários perante a doença e a velhice;
- Sensibilizar os alunos para a singularidade e importância das diversas fases da vida;
- Envolver os alunos em trabalhos de turma directamente associados às temáticas desenvolvidas no Projecto de Educação para a Saúde.

PARCERIAS ESTABELECIDAS

Hospital de Santa-Maria
Centro de Saúde de Sete-Rios

COLABORADORES

Hospital de Egas Moniz,
Hospital Amadora-Sintra,
Associação das Hepatites,
Associação Prof. Fernando Pádua,
Liga Portuguesa Contra a Sida,
Instituto Português da Droga e da Toxicodependência,
APAV,
CIG,
Associação Portuguesa dos Diabéticos,
Associação Ama e Vive a Vida,
Núcleo de Estudos do Suicídio,
A.R.S.,
Associação Abraço

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Acompanhamento da Coordenadora do PES junto dos alunos que realizam trabalhos da área da Saúde;

Clube da Saúde (em formação);

Participação e apresentação de comunicações da Coordenadora do PES em Congressos da área da Saúde:

- Congresso da Adolescência (Hotel Villa Rica - Lisboa)
- Congresso de Arte, Terapia e Educação (Fundação da Juventude – Porto)

Participação da Coordenadora do PES no Seminário sobre Alimentação Saudável organizado pelo Centro de Saúde de Sete-Rios e em outros Seminários e Congressos no âmbito da Educação para a Saúde.

ACTIVIDADES DE DIVULGAÇÃO

Mesa de Paladares – Distribuição de pacotinhos de leite, fruta e pequenos pães com queijo

– Distribuição de folhetos alusivos à temática da alimentação saudável

Notícia da vacina contra o cancro do colo do útero – Informação e distribuição de folhetos

Informação sobre o HIV – Distribuição de brindes que publicitam a Campanha de Esclarecimento sobre o vírus

Projecto dos CINDI dos Sub-20 – Realização de Inquéritos

Comportamentos Adolescentes – Realização de Inquéritos

SESSÕES SOBRE AS ÁREAS PRIORITÁRIAS E SOBRE ÁREAS ESPECÍFICAS DE ACORDO COM AS NECESSIDADES DA POPULAÇÃO ESCOLAR DA ESC. SEC. D. PEDRO V:

A Violência

Actividade física, obesidade e alimentação saudável

Sida ou HIV

Diabetes na Adolescência

A droga e as toxicodependências

Projecto dos Cindi Sub/20

Depressão na Adolescência

O Álcool e o Fígado

O Tabagismo e os seus danos

O cancro da mama

Outras

PARTICIPAÇÃO DE ALUNOS EM ACTIVIDADES DIVERSIFICADAS NO ÂMBITO DA SAÚDE, EM SALA DE AULA, EM GRUPO/INDIVIDUAL:

Participação em Concursos:

A nossa Escola pela Não Violência

A minha Escola e a prevenção da infeção VIH/SIDA

(Turmas do básico e do secundário)

SESSÕES SOBRE TEMAS ESPECÍFICOS CONSIDERADOS OPORTUNOS EM TURMAS COM CARACTERÍSTICAS PARTICULARES

Colaboração de técnicos de saúde diversificados

SESSÕES DE EDUCAÇÃO SEXUAL EM SALA DE AULA

Colaboração do Núcleo de Saúde Escolar do Centro de Saúde de Sete-Rios

(Turmas de 8º ano)

SESSÕES SOBRE SAÚDE ORAL

Colaboração do Núcleo de Saúde Escolar do Centro de Saúde de Sete-Rios

(Turmas do 8º ano)

IIº ENCONTRO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE DA ESCOLA SECUNDÁRIA D. PEDRO V:

(dependente da conclusão das obras da Escola)