Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho



Projeto de Educação para a Saúde

ANO LETIVO 2026/2027

ÍNDICE

1. Introdução ……. 3

2. Referenciais legais e documentos orientadores para a Educação para a Saúde 5

3. Objetivos / Estratégia comum do Projeto ……..…… 7

4. Equipa de Trabalho PES ……..…… 8

5. Competências da Equipa PES …… 8

6. Público-Alvo ……..... 9

7. Temas, subtemas e objetivos por nível de Educação e Ensino ……...…… 10

8. Atividades / Projetos ……..……..……..... 15

9. Recursos.....…….....… 17

10. Avaliação do Projeto 17

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS, 1998) define Educação para a Saúde como “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.” Esta definição visa contribuir para a operacionalização do conceito de Promoção da Saúde definido na Carta de Ottawa (1986), como “o processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades para controlarem a sua saúde, no sentido de a melhorar”.

Tendo por base estas ideias surge, no final dos anos 90, a rede Europeia de Escolas Promotoras de Saúde (Schools for Health in Europe – SHE), sob os auspícios da Comissão Europeia, do Conselho da Europa e do Gabinete Regional da OMS para a Europa.

A Organização Mundial de Saúde em 2009 definiu como Escola Promotora da Saúde (EPS) “uma escola que fortalece sistematicamente a sua capacidade de criar um ambiente saudável para a aprendizagem. A EPS é, assim, um espaço em que todos os membros da comunidade escolar trabalham, em conjunto, para proporcionar aos alunos, professores e funcionários, experiências e estruturas integradas e positivas que promovam e protejam a saúde”.

Nesta abordagem, a classificação de EPS não pode ser atribuída, como frequentemente é entendido, em função de um projeto com início e fim, do desenvolvimento de atividades específicas ou por apresentar características físicas particulares (*in Programa de Apoio à Promoção e Educação para a Saúde).*

Pela sua natureza, as EPS potenciam a parceria entre os setores da Educação e da Saúde. Em conjunto, estes setores reúnem um forte potencial capacitante para apoiar crianças e adolescentes na aprendizagem e na adoção de estilos de vida saudáveis. Atualmente, sabe-se que alunos saudáveis aprendem melhor e têm mais sucesso. A educação desempenha, assim, um papel fundamental no desenvolvimento do processo de literacia, capacitando crianças e adolescentes para compreenderem e gerirem melhor a sua saúde. A articulação entre a Educação e a Saúde assume-se como determinante para o aumento da literacia em saúde, facilitando uma tomada de decisão mais informada e consciente por parte dos jovens.

Este Programa, deverá estar alinhado com os princípios do Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, promovendo o desenvolvimento de competências

pessoais, sociais e relacionais indispensáveis a uma vida autónoma, saudável e responsável. Norteiam igualmente a elaboração deste documento, o Projeto Educativo (PE) e o Plano de Melhoria do Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho (AERR). A implementação do Programa de Educação para a Saúde, em contexto escolar articula-se com a Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania, reconhecendo-se a "Educação (em) para a Saúde" como um dos domínios essenciais da formação cívica dos alunos.

As finalidades do Programa de Apoio à Promoção de Educação para a Saúde são as seguintes:

- promover atitudes e valores que suportem comportamentos saudáveis;
- promover literacia em saúde;
- universalizar o acesso à educação para a saúde em meio escolar;
- qualificar a oferta da educação para a saúde em meio escolar;
- valorizar comportamentos que conduzam a estilos de vida saudáveis;
- criar condições ambientais para uma Escola Promotora de Saúde;
- criar ambientes escolares protetores e inclusivos;
- consolidar o apoio aos projetos em meio escolar.

Assim, tendo como base de trabalho o Referencial de Educação para a Saúde (documento orientador produzido em parceria entre a Direção-Geral da Educação e a Direção-Geral da Saúde) e no âmbito do projeto PES, serão dinamizadas/priorizadas no AERR, atividades em todos os ciclos de ensino, com principal enfoque nos cinco temas globais:

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

A Promoção e Educação para a Saúde em meio escolar é um processo contínuo que visa o desenvolvimento de competências das crianças e dos jovens, permitindo-lhes confrontar-se positivamente consigo próprios, construírem um projeto de vida saudável e serem capazes de fazer escolhas individuais, conscientes e responsáveis.

Tem também como missão criar ambientes facilitadores dessas escolhas e estimular o espírito crítico para o exercício de uma cidadania ativa.

2. REFERENCIAIS LEGAIS E DOCUMENTOS ORIENTADORES PARA A EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE EM MEIO ESCOLAR

A implementação da Promoção e Educação para a Saúde no AERR segue os normativos legais e orientações estratégicas definidas pelas entidades competentes. Estes documentos garantem a articulação entre saúde, educação e cidadania, assegurando uma abordagem integrada, científica e pedagógica, tais como:

● Referencial de Educação para a Saúde – Educação Pré-Escolar, Ensino Básico e Ensino Secundário, 2017 - da responsabilidade da Direção-Geral da Educação (DGE) e Direção-Geral da Saúde (DGS), em colaboração com o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD). Este referencial define os princípios, objetivos, temas e estratégias de implementação da educação para a saúde nas escolas.

● Despacho n.º 25.995/2005, de 16 de Dezembro - Aprova e reafirma os princípios orientadores das conclusões dos relatórios no que se refere ao modelo de educação para a promoção da saúde e determinou a obrigatoriedade de as escolas incluírem no seu Projeto Educativo a área da Educação para a Saúde.

● Despacho n.º 2506/2007, de 20 de Fevereiro Define linhas de orientação para o professor coordenador da área temática da saúde.

- Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto 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 (https://data.dre.pt/eli/port/196-a/2010/04/09/p/dre/pt/html_Portaria.docx) – Estabelece que cada Agrupamento de Escolas/ Escola Não Agrupada deverá ter uma equipa interdisciplinar de educação para a saúde e educação sexual, com uma dimensão adequada ao número de turmas existentes, coordenada pelo professor coordenador.
- Resolução da Assembleia da República n.º 254/2017 - Recomenda várias medidas no âmbito da educação sexual, entre as quais o reforço da carga horária dedicada à educação sexual nos ensinos básico e secundário.
- Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, 2018 - Documento que estabelece o perfil de competências e valores que todos os alunos devem desenvolver

até ao final da escolaridade obrigatória, valoriza a autonomia, responsabilidade, saúde e bem-estar, entre outros.

- 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 de 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.
- Decreto-Lei n.º 54/2018, de 6 de julho, estabelece o regime jurídico da educação inclusiva em Portugal, definindo os princípios e as normas para garantir que todos os alunos, independentemente das suas necessidades e potencialidades, tenham acesso à aprendizagem e participação na comunidade educativa.
- A existência de um protocolo entre os Ministérios da Educação e da Saúde, assinado em 7 de fevereiro de 2006, reforça o trabalho conjunto e a cooperação ao nível central, regional e local, com vista à promoção e educação para a saúde em meio escolar.
- Estratégia Nacional de Educação para a Cidadania (ENEC) 2025 é um referencial aprovado pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 127/2025, de 29 de agosto, que estabelece diretrizes para a componente curricular de "Cidadania e Desenvolvimento" em Portugal, visando formar jovens conscientes, críticos, responsáveis e participativos, com base em valores como direitos humanos, saúde, democracia, justiça social, desenvolvimento sustentável e literacia financeira.

  (https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/resolucao-conselho-ministros/127-2025-933648883#)
- Lei de Bases da Saúde – Lei n.º 95/2019 - Estabelece que a promoção da saúde deve incluir ações educativas em meio escolar, nomeadamente na área da saúde mental, alimentação, atividade física e prevenção de comportamentos de risco.
- A Portaria n.º 258/2012, de 28 de agosto, estabelece como competências da Direção de Serviços de Educação Especial e de Apoios Socioeducativos conceber orientações e instrumentos de suporte às escolas no âmbito da implementação e acompanhamento de respostas de educação especial e de apoio educativo, designadamente as de orientação escolar e profissional, de educação para a saúde e de ação social escolar.
- Documentos complementares: Plano Nacional de Saúde (PNS) – define metas de saúde pública até 2030, incluindo a saúde dos jovens em contexto escolar; Planos Locais de Saúde (PLS) – podem conter diretrizes específicas para atuação em cada região Programa Nacional de Saúde Escolar (PNSE). O PNSE define o referente

técnico-normativo para a saúde escolar, incluindo apoio a alunos com necessidades de saúde e educativas específicas.

3. OBJETIVOS/ESTRATÉGIA COMUM DO PROJETO

O PES do AERR é um documento estratégico que organiza as ações de saúde escolar, em consonância com as diretrizes nacionais e com os objetivos do próprio Agrupamento, e que responde às necessidades específicas da sua comunidade educativa. Assim, definem-se como objetivos e estratégia comuns:

Abordagem Interdisciplinar e Transversal: Integrar a educação para a saúde nas várias disciplinas e tempos letivos da escola, assegurando a pertinência e a abrangência do tema.

Envolvimento da Comunidade Educativa: Mobilizar os membros da comunidade escolar (alunos, professores, pessoal não docente, pais e encarregados de educação) para uma participação ativa na promoção da saúde.

Articulação com Projetos e Programas do AERR e/ou de Estratégia Nacional: Como sugestões, referem-se a Biblioteca Escolar, o Todos a LER!, o Projeto Liga-te, da Liga Portuguesa Contra o Cancro, entre outros, bem como parcerias locais externas ao AERR, designadamente entidades da área da saúde, a GNR – Escola Segura, a Autarquia, entre outras.

Promoção da Literacia em Saúde: Promover o conhecimento, as atitudes e os valores que conduzem a comportamentos saudáveis e ao desenvolvimento de estilos de vida positivos. É igualmente importante salientar que os objetivos serão adequados aos diferentes níveis de ensino e faixas etárias, de forma a respeitar o desenvolvimento e as necessidades específicas dos alunos, devendo ainda integrar o Plano de Turma (PT) e, sempre que possível, envolver a comunidade educativa.

Diagnóstico e Adaptação: Identificar as necessidades específicas da comunidade escolar e adequar os projetos e as atividades de modo a darem resposta a essas necessidades, nomeadamente às de caráter emergente, garantindo a sua eficácia e pertinência. As situações que careçam de intervenção em saúde devem ser comunicadas à coordenadora da equipa PES (mjose.canario@aerosaramalho.pt).

Neste contexto, a Educação para a Saúde, no Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho, estará em consonância com o Projeto Educativo do Agrupamento e será desenvolvida numa lógica de transversalidade a todos os níveis e ciclos de ensino (do pré-escolar ao 3.º ciclo), integrando-se no currículo e recorrendo a um modelo

pedagógico que será dinamizado, sempre que possível, em colaboração com entidades externas, nomeadamente com a equipa de Saúde Escolar da UCC de Barcelinhos do ACES Barcelos Esposende.

4. EQUIPA DE TRABALHO PES

- Coordenadora da Educação para a Saúde: **Maria José Vieira Canário** (representante do 1.º ciclo)
- Representante: **André Ramos** (representante do 2.º/3.º ciclos)
- Representante Pré-escolar: **Manuela Ferreira**
- Coordenadora da Secção de Educação Especial: **Aurora Gomes**
- Assistente Social: **Teresa Simões**
- Psicólogas: **Ilda Fernandes, Conceição Martins e Helena Matias**
- Representante Equipa Saúde Escolar da UCC Barcelinhos: **Enf.ª Ana Fonseca**

5. COMPETÊNCIAS DA EQUIPA PES

- Coordenar as atividades de Educação para a Saúde no Agrupamento;
- Planear as atividades a desenvolver, no âmbito da Educação para a Saúde, integradas no Plano Anual de Atividades;
- Dinamizar atividades previstas no Plano Anual de Atividades no âmbito PES;
- Divulgar de iniciativas relacionadas com a saúde à comunidade escolar;
- Analisar as necessidades da comunidade educativa no âmbito da Educação para a Saúde;
- Estabelecer parcerias importantes para o desenvolvimento do PES, a salientar com a UCC de Barcelinhos, entre outras (Liga Portuguesa Contra o Cancro, Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), GNR – Escola Segura, Equipas Locais de Intervenção (ELI), Câmara Municipal de Barcelos, Unidade de Saúde Pública,…);
- Articular com entidades, técnicos e especialistas externos à escola;
- Organizar ações/palestras de complemento curricular;
- Colaborar na referenciação e elaboração dos Planos de Saúde Individual (PSI)**;**
- Promover a articulação entre níveis e ciclos de ensino;
- Organizar e disponibilizar documentos no âmbito da Educação para a Saúde;
- Promover o envolvimento da comunidade educativa;
- Avaliar a implementação do PES no Agrupamento;

- Elaborar um relatório de avaliação das atividades no final do ano letivo;
- Colaborar na organização e gestão do Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno (GIAA);
- Articular a sua ação com o órgão de gestão da escola, de forma a rentabilizar recursos e potenciar vontades na execução do PES.

6. PÚBLICO-ALVO

O Projeto de Educação para a Saúde (PES) será dirigido a toda a comunidade educativa do Agrupamento de Escolas Rosa Ramalho:

- Crianças da educação pré-escolar;
- Alunos do 1.º ciclo;
- Alunos do 2.º e 3.º ciclos;
- Educadores e professores;
- Assistentes operacionais e administrativos;
- Pais e Encarregados de Educação.

7. TEMAS, SUBTEMAS E OBJETIVOS POR NÍVEL DE EDUCAÇÃO E ENSINO

De acordo com o Referencial de Educação para a Saúde (RES) foram identificados cinco temas globais:

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

Para cada um destes temas definiram-se subtemas e respetivos objetivos que, por sua vez, são desagregados por nível de educação e ensino. Estes objetivos integram os conhecimentos, capacidades, atitudes, valores e comportamentos necessários para a sua concretização.

TEMA/Subtemas/Objetivos		Educação Pré-escolar	1.º Ciclo do Ensino Básico	2.º Ciclo do Ensino Básico	3.º Ciclo do Ensino Básico	Ensino Secundário
SAÚDE MENTAL e PREVENÇÃO da VIOLÊNCIA						
Subtemas	**Objetivos**					
1. Identidade	Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única	X	X	X	X	X
2. Pertença	Adotar o sentido de pertença individual e social	X	X	X	X	X
3. Comunicação	Comunicar de forma positiva, eficaz e assertiva	X	X	X	X	X
4. Emoções	Desenvolver o autoconhecimento na sua dimensão emocional	X	X	X	X	X
	Desenvolver a literacia emocional	X	X	X	X	X
5. Autonomia	Demonstrar a autonomia em cada uma das etapas do crescimento e desenvolvimento	X	X	X	X	X
6. Interação	Construir relações positivas com os outros e com o meio ambiente	X	X	X	X	X

7. Risco	Identificar riscos e comportamentos de risco	X	X	X	X	X
	Intervir de forma eficaz na prevenção de riscos individuais, situacionais e ambientais		X	X	X	X
8. Proteção	Conhecer fatores protetores	X	X	X	X	X
	Aumentar a perceção individual face aos processos protetores	X	X	X	X	X
9. Violência	Identificar a violência dirigida aos outros	X	X	X	X	X
	Identificar a violência dirigida ao próprio	X	X	X	X	X
	Adotar uma cultura de respeito e tolerância	X	X	X	X	X
10. Escolhas, desafios e perdas	Utilizar as fases do processo de tomada de decisão: definir objetivos e gerir emoções e valores associados	X	X	X	X	X
11. Valores	Desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças	X	X	X	X	X
12. Resiliência	Adotar comportamentos resilientes	X	X	X	X	X

TEMA/Subtemas/Objetivos		**Educação Pré-escolar**	**1.º Ciclo do Ensino Básico**	**2.º Ciclo do Ensino Básico**	**3.º Ciclo do Ensino Básico**	**Ensino Secundário**
EDUCAÇÃO ALIMENTAR						
Subtemas	**Objetivos**					
1. Alimentação e influências socioculturais	Compreender como as questões sociais, culturais e económicas influenciam os consumos alimentares	X	X	X	X	X
	Identificar a Dieta Mediterrânica como exemplo das diferentes influências socioculturais sobre o consumo alimentar	X	X	X	X	X
2. Alimentação, nutrição e saúde	Reconhecer a alimentação como um dos principais determinantes da saúde	X	X	X	X	X
	Relacionar a alimentação com a prevenção e desenvolvimentos das principais doenças crónicas (diabetes, doença cardiovascular e oncológica)	X	X	X	X	X
	Reconhecer a Dieta Mediterrânica como exemplo de um padrão alimentar saudável	X	X	X	X	X
3. Alimentação e escolhas individuais	Reconhecer que as escolhas alimentares são influenciadas por determinantes psicológicos e sensoriais, a nível individual e de grupo	X	X	X	X	X
	Analisar criticamente os comportamentos de risco na alimentação		X	X	X	X

4. O Ciclo do alimento – do produtor ao consumidor	Reconhecer a origem dos alimentos	X	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	X
5. Ambiente e alimentação	Reconhecer o impacto que os padrões alimentares têm sobre o ambiente	X	X	X	X	X
	Reconhecer o papel do cidadão e das suas escolhas alimentares na sustentabilidade ambiental		X	X	X	X
6. Compra e preparação de alimentos	Adotar comportamentos adequados na aquisição, armazenamento, preparação e consumo de alimentos	X	X	X	X	X
7. Direito à alimentação e segurança alimentar	Reconhecer o Direito à Alimentação como um direito humano consagrado pelas Nações Unidas	X	X	X	X	X
8. Alimentação em meio escolar	Reconhecer a escola como um espaço próprio para a promoção da alimentação saudável e adoção de comportamentos alimentares equilibrados	X	X	X	X	X

TEMA/Subtemas/Objetivos		**Educação Pré-escolar**	**1.º Ciclo do Ensino Básico**	**2.º Ciclo do Ensino Básico**	**3.º Ciclo do Ensino Básico**	**Ensino Secundário**
ATIVIDADE FÍSICA						
Subtemas	**Objetivos**					
1. Comportamento sedentário	Evitar longos períodos em comportamento sedentário	X	X	X	X	X
2. Atividade física e desportiva	Aumentar a prática de AF e desportiva.	X	X	X	X	X
	Compreender como a prática de AF favorece o desenvolvimento integral da criança e do jovem	X	X	X	X	X

TEMA/Subtemas/Objetivos		Educação Pré-escolar	1.º Ciclo do Ensino Básico	2.º Ciclo do Ensino Básico	3.º Ciclo do Ensino Básico	Ensino Secundário
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	X
2. Tabaco	Reconhecer o tabaco como fator causal evitável de doença e morte prematura	X	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	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo tabágico		X	X	X	X
	Desenvolver estratégias pessoais para lidar com situações de risco	X	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	X
	Conhecer os efeitos do álcool na saúde, imediatos e a longo prazo	X	X	X	X	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo de bebidas alcoólicas		X	X	X	X
	Identificar padrões de consumo de bebidas alcoólicas, as respetivas consequências e riscos associados			X	X	X
	Adotar comportamentos adequados face ao consumo de bebidas alcoólicas			X	X	X
4. Outras substâncias psicoativas (SPA)	Identificar as características e os tipos de SPA		X	X	X	X
	Conhecer e identificar os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, do consumo de SPA na saúde		X	X	X	X
	Identificar fatores que influenciam a perceção do risco em relação ao consumo de SPA		X	X	X	X
	Identificar os diferentes padrões de consumo de SPA e as respetivas consequências e os riscos associados ao seu consumo			X	X	X
	Adotar comportamentos adequados face ao consumo de SPA			X	X	X
5. Outras adições sem substância	Conhecer os tipos e características das adições e dependências sem substância	X	X	X	X	X
	Conhecer os efeitos imediatos, a curto e a longo prazo, das adições e dependências sem substância		X	X	X	X
	Identificar fatores de risco e de proteção em relação às adições e dependências sem substância		X	X	X	X
	Adotar comportamentos adequados face às adições e dependências sem substância			X	X	X

TEMA/Subtemas/Objetivos		Educação Pré-escolar	1.º Ciclo do Ensino Básico	2.º Ciclo do Ensino Básico	3.º Ciclo do Ensino Básico	Ensino Secundário
AFETOS e EDUCAÇÃO PARA A SEXUALIDADE						
Subtemas	**Objetivos**					
1. Identidade e Género	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	X
	Desenvolver uma atitude positiva no que respeita à igualdade de género	X	X	X	X	X
2. Relações afetivas	Reconhecer a importância dos afetos no desenvolvimento individual	X	X	X	X	X
	Reconhecer a importância das relações interpessoais	X	X	X	X	X
	Valorizar as relações de cooperação e de interajuda	X	X	X	X	X
3. Valores	Desenvolver valores de respeito, tolerância e partilha	X	X	X	X	X
4. Desenvolvimento da sexualidade	Ser capaz de aceitar e integrar as mudanças físicas e emocionais associadas à sexualidade, ao longo da vida	X	X	X	X	X
	Ser responsável para consigo e para com os outros	X	X	X	X	X
5. Maternidade e Paternidade	Refletir para o desenvolvimento de um projeto de vida	X	X	X	X	X
	Adotar atitudes e comportamentos saudáveis			X	X	X
6. Direitos sexuais e reprodutivos	Reconhecer os direitos sexuais e reprodutivos como componente dos Direitos Humanos			X	X	X

8. ATIVIDADES / PROJETOS

8.1 GIAA, Gabinete de informação e apoio ao aluno (2.º e 3.º ciclos)

- Criar um espaço onde seja possível o aconselhamento, individual ou em grupo, mantendo uma relação de confiança e sigilo;
- Promover nos alunos a adoção de hábitos de vida saudáveis e o desenvolvimento de competências/atitudes e valores que lhes permitem serem capazes de fazer escolhas conscientes, informadas e responsáveis;
- Proporcionar orientação/apoio/encaminhamento, para técnicos e/ou entidades especializadas, para a resolução adequada da dúvida ou situação específica partilhada pelo aluno, sempre que se justifique.

8.2 Programa PRESSE, Programa Regional de Educação Sexual em Saúde Escolar (1.º, 2.º e 3.º ciclos)

- Promover a educação sexual em meio escolar, de acordo com o previsto na Lei n.º 60/ 2009 de 6 de agosto, incluindo no PT (Plano de Turma) o projeto sexual de turma, visando o contributo de diferentes áreas disciplinares;
- Designar em cada turma um professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual;
- Desenvolver e promover a compreensão dos direitos humanos universais de acesso à saúde, educação, informação e de não discriminação;
- Promover o respeito e a responsabilidade dentro das relações interpessoais;
- Reconhecer o efeito das escolhas no bem-estar individual e social.

8.3 Programa PASSE, Alimentação saudável em Saúde Escolar (Pré-Escolar e 1.º ciclo)

- Capacitar as crianças e os alunos e suas famílias (Pais e EE) para uma alimentação saudável e um estilo de vida promotor da saúde;
- Aumentar os conhecimentos sobre alimentação saudável e melhorar os hábitos alimentares dos alunos;
- Apostar na diversidade alimentar e contribuir para reduzir o consumo de produtos ultraprocessados.

8.4 Projeto LIGA-TE (Pré-Escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclos)

- Sensibilizar as crianças e os alunos e a comunidade escolar para a escolha de estilos de vida saudáveis, visando assim a prevenção de cancro e a promoção de saúde, com atividades propostas pelo departamento de Educação para a Saúde da Liga Portuguesa Contra o Cancro.

8.5 Saúde Oral (Pré-Escolar e 1.º ciclo)

- Promover a higiene oral;
- Reduzir a incidência de casos de crianças/ alunos com cáries dentárias.

8.6 Workshops/ Palestras no âmbito do Centro de Apoio à Aprendizagem (CAA)

- Sensibilizar os docentes, assistentes operacionais, pais e encarregados de educação para o cuidado de saúde de alunos com necessidade de intervenção em: Epilepsia; Diabetes; Suporte Básico de Vida Pediátrico; Gastrotromias (PEG e botão gástrico); Técnicas de posicionamento e mobilização de doentes.

8.7 Ações dinamizadas pelas Enfermeiras da UCC de Barcelinhos

Pré-escolar – Higiene Oral**,** Lanches Saudáveis e Exercício Físico;

1.º Ciclo – Alimentação e Atividade Física, Competências Socioemocionais, Higiene do Sono, Saúde Oral, Tecnologias, Lanches saudáveis, Capuchinho ao Pé Coxinho e 112**;**

5.º ano – Educação Postural e Puberdade;

6.º ano – Rótulos (100 minutos) e *Press Paper* (100 minutos);

7.º ano – Higiene do sono e *Bullying;*

8.º ano – Carrossel (100 minutos) e Comportamentos aditivos;

9.º ano – Suporte Básico de Vida (200 minutos) e Crescer Plenamente (5 sessões)

Além das atividades elencadas anteriormente (neste ponto 8), incluem-se também outras promovidas pelas Áreas Curriculares, por Clubes/Projetos de Enriquecimento Curricular, pela Educação para a Cidadania e pelos Serviços de Psicologia e Orientação (SPO), que se enquadram na Educação para a Saúde.

9. RECURSOS

9.1 HUMANOS

- Equipa do Projeto de Educação para a Saúde (PES);
- Equipa da Saúde Escolar da Unidade de Cuidados da Comunidade (UCC) de Barcelinhos, do ACES Barcelos Esposende;
- Serviços de Psicologia e Orientação (SPO);
- Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva (EMAEI);
- Centro de Apoio à Aprendizagem (CAA);
- Coordenadores dos Diretores de Turma/ Conselho de Ano;
- Departamentos Curriculares;
- Diretores de Turma e Titulares de Turma/Grupo;
- Docentes;
- Assistentes Operacionais e Administrativos;
- Pais/Encarregados de Educação;
- Alunos.

9.2 FÍSICOS

- Instalações escolares;
- Computadores com ligação à Internet;
- Material específico para o desenvolvimento de cada atividade;
- Material de desgaste diverso.

10. AVALIAÇÃO DO PROJETO

Para avaliar a eficácia e a qualidade deste projeto, recorrer-se-á a vários instrumentos de avaliação:

- Questionários de satisfação dirigidos a alunos e professores;
- Indicadores de desempenho, nomeadamente: a taxa de concretização das atividades; o grau de cumprimento dos objetivos; o nível de participação e envolvimento; a qualidade dos trabalhos realizados pelos alunos; o impacto das atividades na mudança de hábitos; e o grau de resolução do(s) problema(s) inicialmente identificado(s).

No final do ano letivo, será elaborado um relatório com os seguintes objetivos principais: promover as boas práticas, refletir sobre as metodologias das ações que tiverem menor impacto junto do público-alvo e reformulá-las. Desta análise resultará uma reflexão que servirá de base à definição de propostas de trabalho para o ano letivo seguinte.