



JI da Sobreda



EB Elias Garcia



EB Miquelina Pombo



PROJETO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE e A SEXUALIDADE

*** PESS ***



2013/2017



À Escola compete, a par com a transmissão de *saberes* organizados em disciplinas, educar para a Saúde, formando os alunos para a aquisição de competências que conduzam a atitudes saudáveis ao longo da vida.

Durante o período letivo, a escola transforma-se numa segunda casa da criança ou jovem escolarizados, encontrando-se, assim, numa posição privilegiada como um espaço seguro de atenção a problemas e formativo, capaz de enriquecer o presente e preparar o futuro dos alunos e do país.

Objetivos gerais do Projeto

- Fomentar o desenvolvimento de estilos de vida e de relações saudáveis em toda a comunidade;
- Acompanhar o estado de saúde em geral da comunidade escolar e encontrar solução para problemas;
- Aumentar a resiliência em vários domínios;
- Promover atividades de investigação e iniciativas na área da saúde;
- Proporcionar abordagens pela "positiva";
- Criar um espaço onde seja possível o aconselhamento, individual ou em grupo, mantendo uma relação de confiança e sigilo, sempre de acordo com o seu nível etário e maturidade, ao longo dos diferentes ciclos de ensino;
- Sensibilizar a comunidade escolar e educativa para a importância das medidas preventivas visando o melhor estado de saúde física, mental e social;
- Promover rastreios ou campanhas pertinentes;
- Superar diversos comportamentos de risco: desenvolver a autoestima e autoconfiança; criar líderes e mediadores; debater problemáticas significativas (violência familiar e social, adições, relações perversas, problemas de higiene, linguagens desadequadas, instabilidade emocional, ...);
- Reduzir as consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infeções sexualmente transmissíveis;
- Desenvolver dinâmicas adequadas a todos os alunos, incluindo alunos com NEE, assim como a alunos de excelência ou de culturas diferentes.
- Avaliação da Cobertura Vacinal e consultas conformes ao Programa " *Tipo de Saúde Infantil*", da utilização dos Cheques-dentista e das consultas de Higiene Oral, assim como das no HGO para alunos de risco, e contacto com EE. no sentido de as usufruïrem, em articulação com a enf^a de Saúde Escolar.
- Fomentar o envolvimento com a comunidade, através da participação da escola em projetos e programas relacionados com a saúde;
- Divulgação de atividades, envolvendo o mais possível a criatividade e a participação de todos os intervenientes no PESS.

Operacionalização estratégica

Este projeto prevê a adoção de **políticas e práticas condizentes com a Promoção da Saúde**, face a relações interpessoais, questões de saúde mental e física, educação alimentar, educação sexual, prevenção de adições, do VIH/Sida /ISTs, insegurança, pela dinamização de:

1 Um **Gabinete de Atendimento para a Saúde e a Sexualidade - GASS** - com atendimento prestado por técnicos do agrupamento e, se possível, técnicos da UCCA - onde qualquer aluno da escola pode recorrer sempre que considere oportuno ou por ser referenciado por um educador para assuntos relacionados com a saúde física, psicológica e social;

- ❖ Espaço de reflexão de assuntos, questões e situações da vivência quotidiana, de informações adequadas aos seus interesses e inquietações,
- ❖ Onde valorizar a sexualidade e afetividade interrelacional, respeitando o pluralismo das conceções existentes na sociedade global.

2 - ações de **formação dirigidas a educadores e educandos**, (atendendo a sugestões de elementos da comunidade educativa);

3 - **em contexto curricular e transversal**, uma abordagem pedagógica de temas ligados à saúde e sexualidade, incentivando à responsabilidade individual e comunitária nestes domínios, especialmente na área de Cidadania;

4 - dinâmica do projeto "**Embaixadores da Saúde**" que recebem formação de técnicos da Unidade de Cuidados à Comunidade de Almada e a partilham com os colegas da turma, em contexto de sala de aula, ao longo dos vários ciclos de ensino;

5 - **prestar alimentação suplementar** em casos de carência

6 - **agir pela melhoria** da alimentação, da higiene pessoal e social, da prática de atividade física e recreativa, de relações afetuosas gratificantes;

7 - **visitas de estudo** a centros ou espaços de saúde inovadores ou de investigação / intervenção na área da saúde;

8 - **articulação de atividades**, sempre que possível, com os vários clubes, áreas disciplinares ou não disciplinares em funcionamento na escola;

9- **estabelecer parcerias** para diversificar temáticas e abordagens;

10- **gabinete de 1ºs socorros e acolhimento** a acidentados ou doentes, encaminhando casos de especial cuidado para as famílias ou entidades de saúde pública de acordo com a gravidade da situação;

11 - **criar uma equipa de trabalho cooperante** e que abraça cada vez mais os vários setores de intervenção deste projeto.

Parceiros do projeto

São parceiros (habituais e outros surgirão):

- UCCA - Unidade de Cuidados na Comunidade de Almada
- Unidade de Saúde Familiar da Sobreira, UCSP da Charneca e do Monte
- Câmara Municipal de Almada e Junta de Freguesia local
- Associação Pais/EE e voluntaries
- CPCJ
- Escola Superior de Saúde Egas Moniz
- Escola Segura
- UMAR/ Projectoisi/ RIIIM/ISI
- Hospital Garcia da Orta
- Farmácia Palmeirim
- ADEXO
- Evax
- Dove
- Uriage
- Teatro *Maria Paulos*
- IPCA - Instituto Português de Cardiologia
- Liga Portuguesa contra o Cancro
- Associação de Jovens Portugueses Diabéticos - núcleo de Almada
- Outras instituições que se revelem úteis na concretização dos temas

Recursos ao dispor dos alunos

Na sede das escolas

- Professores da turma ou das disciplinas e de Cidadania
- Diretores de Turma/ Tutores
- Profs NEE
- Serviço de Psicologia
- Assistentes operacionais
- Biblioteca / Sala de Estudo
- Gabinetes de apoio ao aluno doente ou acidentado

- Gabinete de Atendimento para a Saúde e Sexualidade (GASS)
- Sessões de Embaixadores da Saúde com Técnicos de Saúde Pública.
- E.Física - Crescer Saudável.
- Embaixadores da Saúde, do Ambiente e Delegados de Turma
- Associação de Pais e EE voluntários
- Projeto Eskrita / Grupo de Teatro
- EliasSol: Recursos suplementares de alimentos e vestuário/ PERA
- Eventuais programas de mecenato na área da saúde (visão ou outros)
- Internet /TIC - CLUBE, projetos e sítios nacionais e internacionais
- Informações de contactos úteis.
- Blog dos Projetos / PESS.

Contactos úteis disponíveis:

Contactos UCCA: UCSP R. D. Leonor (RDL) Avenida Rainha D.ª Leonor nº2 Piso 5

2800-518 ALMADA - Telefone: **212728800**

UCSP Charneca Caparica Rua Henrique Santana nº12 Cave, Palhais

2815 - 236 CHARNECA CAPARICA - Telefone: **212978702** (Saúde Escolar)

• ucc.almada.enf@arslvt.min-saude.pt

Equipa PESS (alargada)

- Adjunta da Direção para os Projetos - *Teresa Dias*
- Coordenação PESS - *Vera Constantino*
- Representante do Pré-escolar - *Anabela Santos*
- Representante do 1º C, escola Elias Garcia - *Helena Rocha*
- Representante do 1º C, escola Miquelina Pombo - *Fernanda Miranda*
- Cordenação dos Diretores de Turma - *Mª João Carrilho e/ou Lurdes Arroiteia*
- Coordenadora da Secção de Educação Especial - *Teresa Figueiredo*
- Serviço de Psicologia - *Miguel Silva*
- Técnicos da Unidade de Cuidados na Comunidade de Almada - *Estela Sena e Andrea Reis Santos*
- Representante dos Assistentes Operacionais - *Dina Lopes*
- Representante dos Alunos Embaixadores da Saúde (a eleger)
- Representante Encarregados de Educação - *Anabela Vasconcelos*

Serviços à Comunidade em Saúde

ATIVIDADE	Dinamizador	Calendarização	Realizada	Não realizada
1. Gabinete de Atendimento a Pais e Jovens.	Coordenadora PESS. Psicólogo.	2ª, 3ª e 5ª fe		
2. Gabinete de Apoio à Doença e aos Acidentes em meio escolar.	Operadoras Educativas	Todos os dias ao longo do ano letivo		
3. Avaliação da Cobertura Vacinal, das consultas de Crescimento, da utilização dos Cheques-dentista e das consultas de Higiene Oral. - Contacto com EE.	USEA Coordenação DTs	Princípio e final do ano letivo.		
4. Levantamento de alunos com Diabetes no agrupamento.	Coordenadora PESS.	Princípio e final do ano letivo.		
5. Regime de Alimentação: <ul style="list-style-type: none"> • Constituição das merendas das crianças do 1º ciclo/JI. • - Regime de fruta escolar nas EB1; • Almoços confecionados nos estabelecimentos de ensino. • Distribuição do Leite Escolar nas EB1/JI e temáticas da saúde. • Oferta de Suplementos alimentares a alunos carenciados - 	Profs. 1º C Educadoras ASE	Ao longo do ano		
	Empresa privada	Ao longo do ano Vigilância regular		
	Profs. 1º C Educadoras EliaSol (NEE-SPO)	Ao longo do ano		
5. Dinâmica dos Embaixadores da Saúde.	USEA – DTs - PESS.	Out. / Junho		
6. <input type="checkbox"/> Aulas de Saúde e Educação Sexual na area disciplina de Cidadania/ CN. <input type="checkbox"/>	DTs Pofs Cidadania e	Ao longo do ano		
7. Atividades para formação de alunos NEE.	PESS / Profs NEE CN	Ao longo do ano		
8. Formação de Educadores em saúde (Professores, Assistentes Operacionais, Enc. de Educação).	Parcerias	Ao longo do ano		
9. Rastreios Apresentação dos resultados do Rastreio	PESS ou Parcerias	1 vez por ano		
10. Ações de sensibilização sobre temáticas diversas. (Sono, Adições, Violência, Hig. Oral, Adolescência, Socorrismo, Segurança, ...)	Parcerias PESS	Ao longo do ano		
11. Adesão a iniciativas no âmbito da Saúde a nível regional, nacional ou internacional.	Parcerias TIC Biblioteca	Quando se proporcionar		
12. Divulgação de atividades.	Coordenação Proj e PESS	Ao longo do ano		
13. Encaminhamento de alunos para programas de apoio à saúde visual, oral, auditiva (mecenato na area da saúde).	Equipa Saúde Escolar CE DTs	Quando se proporcionar		
14. Atividades de combate à obesidade e ao sedentarismo - “Crescer Saudável”	E. FÍSICA	Ao longo do ano		

15. Divulgação de literatura adequada às problemáticas das crianças e jovens.	Biblioteca	Ao longo do ano		
16. Sensibilização sobre temáticas da alimentação saudável e sustentável.	C. N. Cidadania GASS	1º P – Dia Mundial da Alimentação		

PSS- Plano de Atividades e Calendarização:

...