



ESCOLA E.B. 2,3 de FAJÕES

Projecto de Promoção e Educação para a Saúde

Propostas de actividades para o ano lectivo 2008/2009

Actividade	Objectivo	Calendari-zação	Custos	Colaboração	Observações
Palestra para o 9º ano e CEF (Sexualidade)	Promover o esclarecimento de dúvidas sobre o tema	1º Período (Novembro/Dezembro)	15€ para materiais	Centro de Saúde – Extensão de Cesar	
Palestra para o 6º ano (Sexualidade)	Promover o esclarecimento de dúvidas sobre o tema	3º Período (Junho)	15€ para materiais	Centro de Saúde – Extensão de Cesar	
Saúde Oral	Promover a saúde oral	Outubro	15€ para materiais		O tipo de actividade/s a desenvolver ainda não foram definidas , pois estamos em fase de contactos com possíveis entidades promotoras.
Consultório de Saúde	Criar um espaço na escola onde a comunidade escolar poderá tirar dúvidas e/ou poderão ser encaminhados problemas relacionados com a saúde	Ao longo do ano	25€ para materiais	Centro de Saúde – Extensão de Cesar	Este espaço seria dividido em dois tempos lectivos, um com um elemento do corpo de enfermagem do centro de saúde e outro apenas com a coordenadora do projecto. A funcionar na pequena sala de enfermagem existente no hall de entrada da Escola E.B. 2,3 (necessitamos apenas de uma mesa e 2 cadeiras para atendimento). A participação do Centro de Saúde é a custo zero uma vez que faz parte do programa Saúde Escolar do Ministério da Saúde.

Tasquinhas na festa final de ano	Promover a alimentação saudável	Fim do 3º Período		Responsabilidade da Associação de Pais	
Semana do peixe (uma vez por mês).	Promover o consumo do peixe	Ao longo do ano lectivo		A actividade decorre na cantina	
Alimentação saudável – 2º/3º ciclo (trabalho em contexto de sala de aula)	Promover hábitos de alimentação saudável	Outubro para 2º e 3º ciclo		Centro de saúde – Extensão de Cesar	
Actualização da base de dados do índice de massa corporal (IMC)	Sinalizar desvios às médias e encaminhar os alunos para trabalho específico e quando necessário tratamento clínico	Ao longo do ano lectivo		Encarregados de Educação Centro de saúde	Actividade da responsabilidade do grupo disciplinar de Educação Física. Continuação do trabalho iniciado no ano lectivo 2006/07
Actividades físicas específicas para alunos sinalizados	Promover o exercício físico (trabalho específico)	Ao longo do ano lectivo			Actividade da responsabilidade do grupo disciplinar de Educação Física. Continuação do trabalho iniciado no ano lectivo 2006/07
Clube de Desporto Escolar	Promover o exercício físico	Ao longo do ano lectivo			Actividade da responsabilidade do grupo disciplinar de Educação Física. Continuação do trabalho iniciado no ano lectivo 2006/07
Fruta é boa!	Promover o consumo de fruta e divulgar os benefícios de alguns frutos.	16/Outubro Dia Mundial da alimentação	30€ para materiais		Esta actividade será realizada em todas as escolas do agrupamento e tem como destinatários os participantes do agrupamento. Os formandos do CEF de Apoio Familiar e à Comunidade também serão envolvidos nesta actividade
Logótipo do projecto	Envolver os alunos no projecto e promover a divulgação do mesmo	1º Período	30€ para prémio ao vencedor		Esta actividade será destinada apenas aos alunos do 1º ciclo.

Monitorização do consumo de sopa na cantina	Quantificar o consumo da sopa na cantina	Ao longo do ano lectivo			Actividade a realizar apenas para 2º e 3º ciclos.
Monitorização do consumo de peixe na cantina	Quantificar o consumo de peixe na cantina (semana do peixe)	Ao longo do ano lectivo			Actividade a realizar apenas para 2º e 3º ciclos.
Acompanhamento das ementas da cantina	Promover uma alimentação saudável e variada	Ao longo do ano lectivo			Continuação do ano lectivo anterior
Acompanha – mento dos produtos vendidos no bar e introdução de novos produtos mais saudáveis	Promover uma alimentação saudável e mais variada	Ao longo do ano lectivo	A imputar ao bar		Participação dos formandos do CEF de Apoio Familiar e à Comunidade
Tertúlia “ Como Educar”	Orientar os Encarregados de Educação de forma a ultrapassarem problemas que surgem na educação dos seus filhos.	A definir	A definir	Psicólogo (a contactar)	Estamos a estabelecer ainda contactos para a realização desta actividade, que terá como destinatários os Encarregados de Educação dos alunos do pré-escolar e 1º ciclo

Nota: A avaliação de cada actividade é realizada através de inquéritos e grelhas de monitorização, dependendo da actividade, dados que serão alvo de tratamento estatístico e depois arquivadas no dossier do projecto, sendo apresentados nos relatórios trimestrais.

Fajões, 14 de Julho de 2008
A Coordenadora do projecto

(Ana Fernanda Dionísio)