



2014/2017

## GERAÇÃO SAUDÁVEL: ESCOLA PROMOTORA DE SAÚDE



GOVERNO DE  
PORTUGAL

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
E CIÊNCIA

**dgide**  
Direção-Geral de Inovação  
e Desenvolvimento Curricular

Agrupamento de Escolas de São Gonçalo | Torres Vedras

## CARATERIZAÇÃO GERAL DO AGRUPAMENTO

A Sede do Agrupamento é a Escola Básica dos 2.º e 3.º Ciclos, de São Gonçalo. Do Agrupamento Vertical de São Gonçalo fazem parte os seguintes estabelecimentos de ensino:

- EB ASSENTA
- JI ASSENTA
- EB AZENHA VELHA
- EB BARRO
- JI BARRO
- EB BOAVISTA
- JI BOAVISTA
- EB CABELAS
- JI CABELAS
- EB/JI DE CARVOEIRA
- EB CASALINHOS DE ALFAIATA
- JI CASALINHOS DE ALFAIATA
- EB CHÃOS
- EB DE COUTADA
- EB/JI DE DOIS PORTOS
- EB ESCRAVILHEIRA
- EB FREIRIA
- JI DE ORJARIÇA
- EB/JI DE RUNA
- EB DE SÃO DOMINGOS CARMÕES
- JI SÃO DOMINGOS CARMÕES
- EB/JI SÃO PEDRO DA CADEIRA
- EB/ JI de SANTA CRUZ
- EB DE SERRA DA VILA
- JI SERRA DA VILA
- EB DE SILVEIRA
- EB DE TORRES VEDRAS
- EB/JI DE VARATOJO
- EB/JI VENTOSA
- EB 2,3 DE FREIRIA
- EB 2,3 DE SÃO GONÇALO

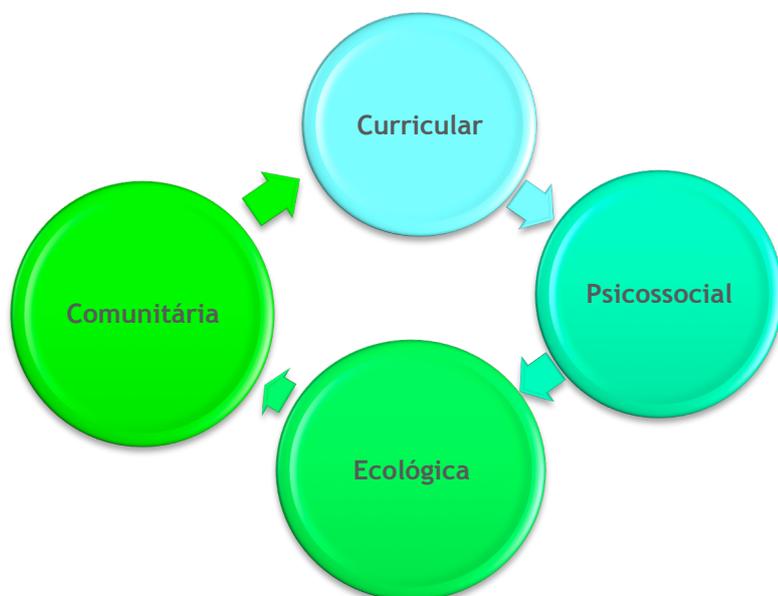
## ENQUADRAMENTO LEGAL

- Lei nº 14/86, de 14 de Outubro - Lei de Bases do Sistema Educativo.
- Decreto-Lei nº 115-A/98, de 4 de Maio - Aprova o regime de autonomia, administração dos estabelecimentos da Educação Pré-Escolar e dos Ensinos Básico e Secundário, bem como dos respetivos Agrupamentos.
- Resolução do Conselho de Ministros nº 124/98, de 21 de Outubro - Define o plano de acção
- Interministerial sobre Educação Sexual e Planeamento Familiar.
- Despacho Ministerial nº 15 587/99, de 12 de Agosto - Cria a Comissão de Coordenação da Promoção e Educação para a Saúde.
- Lei nº 120/99, de 11 de Agosto - Sobre Educação Sexual em Meio Escolar.
- Decreto-Lei nº 259/2000, de 17 de Outubro - Regulamenta a Educação Sexual e a Lei nº 120/99.
- Decreto-Lei nº 6/2001, de 18 de Janeiro - Sobre a Reorganização Curricular do Ensino Básico.
- Despacho Ministerial nº 19 737/2005, de 15 de Junho - Sobre a constituição do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.
- Relatório Preliminar do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 31 de Outubro de 2005.
- Parecer do Conselho Nacional de Educação nº 6/2005, de 24 de Novembro - Sobre Educação Sexual nas Escolas.
- Despacho Ministerial de 25 995/2005, de 16 de Dezembro - Aprova as conclusões do Relatório Preliminar do Grupo de Trabalho de Educação Sexual.
- Despacho do Secretário de Estado da Educação, de 27 de Setembro de 2006 - Define as linhas de orientação e temáticas prioritárias no âmbito da Educação para a Saúde, a integrar obrigatoriamente no Projecto Educativo de cada Agrupamento / Escola.
- Projecto “Jovens /Escola /Saúde”, da Direcção Regional de Educação e ARS do Alentejo, de 21 de Novembro de 2006.
- Relatório de Progresso do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 4 de Janeiro de 2007.
- Despacho nº 2506/2007, de 20 de Fevereiro - Sobre a designação do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento /Escola.
- Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, de 7 de Setembro de 2007, aprovado pelo Director-Geral da DGIDC - Dr. Luís Capucha - em 28 de Novembro de 2007.
- Lei n.º 60/2009 de 6 de Agosto de 2009 - 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 de 2009.

## ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL

A saúde é um conceito positivo, um recurso quotidiano que implica “*um estado completo de bem-estar físico, social e mental e não apenas a ausência de doença e/ou enfermidade* (OMS, 1993). Dentro desta perspectiva, a Educação para a Saúde deve ter como finalidade a preservação da saúde individual e colectiva.

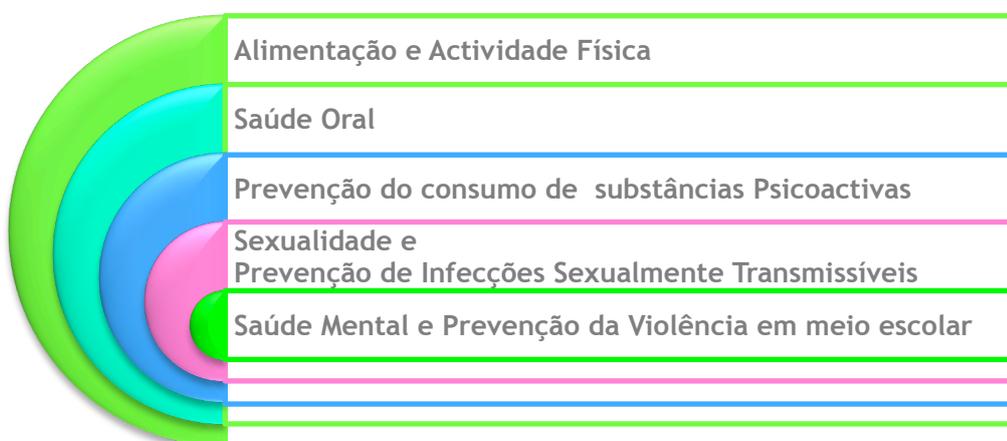
Numa Escola Promotora de Saúde são consideradas quatro dimensões principais:



Em contexto escolar, Educar para a Saúde consiste em dotar as crianças e os jovens de conhecimentos, atitudes e valores que os ajudem a fazer opções e a tomar decisões adequadas à sua saúde e ao *bem-estar físico, social e mental*.

A ausência de informação incapacita e/ou dificulta a tomada de decisão. Sendo, inevitavelmente, a Escola um dos motores fundamentais deste processo.

A Educação para a Saúde desenvolve-se tendo em conta as áreas temáticas prioritárias decorrentes do Despacho Interno do SEE de 27-09-06, sendo estas áreas:



A Educação para a Saúde tem perante o currículo uma interpretação em espiral com todas as suas áreas interligadas ao longo de toda a vida escolar; numa perspectiva de intervenção consciente e criativa; uma posição de negociação contínua dos processos éticos centrados em quem aprende; uma visão holística, porque as competências podem ser desenvolvidas transversalmente de acordo com os programas disciplinares e não disciplinares.

As áreas temáticas serão desenvolvidas de acordo com Projeto de Turma, de cada turma, numa perspectiva interdisciplinar e de transversalidade, e sempre que possível, trabalharão em estreita articulação com a Área Curricular não Disciplinar de Orientação Educativa (previsto Parecer do Conselho Nacional de Educação n.º 6/2005 de 24 de Novembro e no Despacho n.º 25 995/2005 de 16 de Dezembro), e ainda o Desporto Escolar, os Clubes e Oficinas.

A Escola Promotora de Saúde tem ainda, para além das actividades no âmbito da prevenção, a sinalização e encaminhamento de situações/problemas para a Saúde Escolar, que fará o devido acompanhamento e/ou encaminhamento de acordo com a situação.

**FINALIDADES DO PROJECTO /COMPETÊNCIAS GERAIS A DESENVOLVER:**

- Ter capacidade de construir e reconhecer a sua identidade pessoal e social;
- Ter capacidade de cuidar de si;
- Desenvolver sentido de responsabilidade;
- Ter capacidade de desenvolver hábitos de vida saudáveis, numa perspectiva global do desenvolvimento bio-psicossocial, nomeadamente:
  - na alimentação;
  - na sexualidade;
  - nas relações interpessoais, sendo capaz de gerir os afectos em situações de frustração e conflito, bem como interiorizar e partilhar regras;
  - na prática de actividades físicas, desportivas e artísticas;
  - na higiene pessoal;
  - na gestão da segurança pessoal;
  - no desenvolvimento de uma relação responsável e afectiva com os espaços escolares e o meio ambiente;
  - na procura de actividades de recreação, de lazer e cultura, de acordo com os seus interesses, capacidades e necessidades e que favoreçam um desenvolvimento harmonioso;
- Ter capacidade de agir activamente, adoptando comportamentos e atitudes, na promoção da sua saúde, e na da comunidade em que está inserido;
- Ter capacidade de adaptação à mudança;
- Ter capacidade de resistir à pressão que outras pessoas possam exercer para a adopção de práticas prejudiciais e autodestrutivas, nomeadamente fumar, consumir drogas e ter comportamentos sexuais de risco.

**CONTEÚDOS A ABORDAR (GTES)**

- Comunicação interpessoal.
- Identificação e solução de problemas e gestão de conflitos.
- Aquisição de competências sociais básicas e complexas.
- Identificação e gestão de emoções.
- Prevenção de consumos de substâncias aditivas e escolha de estilos de vida alternativos.
- Gestão do stress, da ansiedade, das “crises”.
- Promoção de uma alimentação saudável, educação do consumidor, promoção de cuidados de higiene, promoção da saúde oral, valorização da diferença e reflexão sobre o corpo e a aparência.
- Educação para a igualdade e diversidade individual, de género e de culturas.
- Promoção do bem-estar, do lazer, da prática de desporto e da actividade física.
- Educação para a sexualidade, prevenção do HIV / SIDA e outras IST's, promoção da saúde sexual e reprodutiva.
- Gestão do tempo de trabalho e lazer.
- Prevenção da violência e exclusão social, promoção da segurança.
- Promoção da saúde mental positiva e relações interpessoais.
- Protecção do ambiente, cidadania e construção do futuro.
- Promoção da saúde, prevenção da doença e de riscos: vacinação, doenças infecciosas, doenças crónicas.
- Expectativas positivas de um futuro “escolarizado”.
- Prevenção do abandono escolar.
- Promoção da comunicação e participação na família, pares, escola, comunidade.

## COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS POR CICLO - EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (GTES)

### 1º CICLO - DO 1º AO 4º ANO

Deve ser dada maior relevância às competências pessoais e sociais, competências de prevenção da provocação / violência, e algumas competências de protecção da sua saúde:

- Comunicação com os outros (aspectos verbais e não verbais).
- Identificação e resolução de problemas e conflitos (“pára e pensa”).
- Distinção entre pensamentos, sentimentos e acções (identificação, expressão e distinção de pensamentos, sentimentos e acções).
- Defesa de opiniões, resistência à pressão de pares e procura de informações e ajudas.
- Relação positiva com a escola, família, tempo de lazer e amigos.
- Gestão do tempo de trabalho e de lazer.
- Educação para a igualdade e diversidade individual, de géneros e de culturas.
- Prevenção da provocação / vitimização.
- Protecção do seu corpo (promoção do bem-estar, da higiene, dos bons hábitos alimentares, da actividade física, da segurança pessoal e da vacinação, prevenção das parasitoses, dos acidentes e das lesões).
- Expectativas positivas no seu futuro “escolarizado”.
- Prevenção do abandono escolar.

### 2º CICLO - 5º E 6º ANO

Deve ser dada maior relevância às competências pessoais e sociais com uma maior complexidade, a protecção da saúde e prevenção do risco, nomeadamente nas áreas da sexualidade, consumos, comportamento alimentar e provocação/violência:

- Comunicação com os outros (aspectos verbais e não verbais, especificidades culturais, de género e outras).
- Identificação e resolução de problemas e conflitos (pensamento alternativo e consequencial, antecipação de consequências).
- Diferenciação entre pensamentos, sentimentos e acções (identificação, expressão e distinção de pensamentos, sentimentos e acções).
- Gestão do stress, da ansiedade, das “crises”.
- Defesa de direitos e opiniões, resistência à persuasão e procura de ajudas.
- Relação positiva com a escola, família, tempo de lazer e amigos.
- Gestão do tempo de trabalho e de lazer.
- Educação para a igualdade e diversidade individual, de géneros e de culturas.
- Prevenção da provocação / vitimização.
- Protecção do seu corpo (promoção do bem-estar, da higiene, dos bons hábitos alimentares, da actividade física, prevenção dos acidentes, das lesões e dos consumos).
- Educação para os afectos e para a sexualidade.
- Expectativas positivas no seu futuro “escolarizado”;
- Prevenção do abandono escolar.

**3º CICLO - 7º AO 9º ANO**

Deve ser dada maior relevância e complexidade crescente das competências pessoais e sociais, a protecção da saúde e bem-estar, a protecção face ao risco, a participação na vida social / comunitária e a construção de expectativas positivas face ao futuro:

- Comunicação com os outros (dificuldades e características).
- Identificação e resolução de problemas e conflitos (tomada de decisões, adiamento de decisões).
- Identificação de dificuldades em lidar com sentimentos e acções.
- Gestão do stress, da ansiedade e das “crises”.
- Culto da assertividade: espaços de escolha positiva.
- Relação positiva com a escola, família, tempo de lazer, amigos e namorados.
- Gestão do tempo de trabalho e de lazer.
- Protecção e prevenção da violência e do abuso físico e sexual.
- Protecção do seu corpo (promoção da higiene e dos bons hábitos alimentares, da actividade física, prevenção dos acidentes, das lesões e dos consumos, prevenção dos comportamentos sexuais de risco).
- Promoção da saúde sexual e reprodutiva: parentalidade.
- Protecção do ambiente.
- Participação na vida social e na comunidade.
- Educação para os direitos do consumidor.
- Protecção rodoviária.
- Manutenção da escola no seu futuro.
- Valorização da escolaridade nas suas expectativas de futuro; Construção do futuro.

ÁREAS PRIORITÁRIAS DA EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE:**Alimentação e  
Actividade Física**

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens.
- Inverter a tendência crescente de perfis de doença associados a uma deficiente nutrição.
- Promover a saúde dos jovens, especificamente em matéria de alimentação saudável e actividade física.

**Saúde Mental/  
Prev. Violência em  
Meio Escolar**

- Identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência.
- Promover uma intervenção eficaz baseada em conhecimento.

## Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoactivas



- Melhorar o estado de saúde global dos jovens;
- Contribuir para a definição de políticas claras em matéria de consumos de substâncias psicoactivas.
- Prevenir o consumo destas substâncias em meio escolar através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa.

## Sexualidade



- Contribuir para uma melhoria dos relacionamentos afectivo-sexuais entre os jovens.
- Contribuir para a redução das possíveis consequências negativas dos comportamentos sexuais, tais como a gravidez não planeada e as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST).
- Contribuir para a tomada de decisões saudáveis na área da sexualidade.

## Prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis



- Dotar o aluno de competências que o tornem capaz de “relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspectiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida”;
- Dar cumprimento à legislação em vigor, em matéria de Educação Sexual.

## EDUCAÇÃO SEXUAL - CONTEÚDOS MÍNIMOS

### 1º Ciclo (1º ao 4º ano)



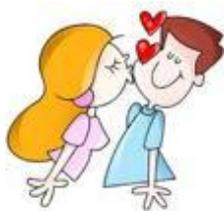
- Noção de corpo;
- O corpo em harmonia com a Natureza;
- Noção de família;
- Diferenças entre rapazes e raparigas;
- Protecção do corpo e noções dos limites, dizendo não às aproximações abusivas.

### 2º Ciclo (5º ao 6º ano)



- Puberdade: aspectos biológicos e emocionais;
- O corpo em transformação;
- Caracteres sexuais secundários;
- Normalidade, importância e frequência das suas variantes bio-psicológicas;
- Diversidade, tolerância;
- Sexualidade e género;
- Reprodução humana e crescimento; contracepção e planeamento familiar.

### 3º Ciclo (7º ao 9º ano)



- Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana;
- Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;
- Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projecto de vida que integre valores (ex: afectos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética;
- Compreensão da prevalência, uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos e conhecer, sumariamente, os mecanismos de acção e tolerância (efeitos secundários);
- Compreensão da epidemiologia e prevalência das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infecção por VIH/Vírus da Imunodeficiência Humana - VPH2/Vírus do Papiloma Humano - e suas consequências) bem como os métodos de prevenção. Saber como se protege o seu próprio corpo, prevenindo a violência e o abuso físico e sexual e comportamentos sexuais de risco, dizendo não a pressões emocionais e sexuais;
- Conhecimento das taxas e tendências de maternidade na adolescência e compreensão do respectivo significado;
- Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias de gravidez, suas sequelas e respectivo significado;
- Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável.

ÁREAS PRIORITÁRIAS A DESENVOLVER/POSSÍVEIS EM CADA ANO DE ESCOLARIDADE:

ÁREAS PRIORITÁRIAS EPS	ALIMENTAÇÃO E ACTIVIDADE FÍSICA	HIGIENE ORAL	SEXUALIDADE	ISTs	PREV SPA	SAÚDE MENTAL/ PREV VIOLÊNCIA EM MEIO ESCOLAR
PRÉ-ESCOLAR	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>
1º CICLO	1º ano	<input checked="" type="checkbox"/> FC/EstM/EF	<input checked="" type="checkbox"/> FC	<input checked="" type="checkbox"/> FC Dec-lei 60		<input checked="" type="checkbox"/> FC
	2º ano	<input checked="" type="checkbox"/> FC/EstM/EF	<input checked="" type="checkbox"/> FC	<input checked="" type="checkbox"/> FC Dec-lei 60		<input checked="" type="checkbox"/> FC
	3º ano	<input checked="" type="checkbox"/> FC/EstM/EF	<input checked="" type="checkbox"/> FC	<input checked="" type="checkbox"/> FC Dec-lei 60		<input checked="" type="checkbox"/> FC
	4º ano	<input checked="" type="checkbox"/> FC/EstM/EF	<input checked="" type="checkbox"/> FC/EstM	<input checked="" type="checkbox"/> FC Dec-lei 60		<input checked="" type="checkbox"/> FC
2º CICLO	5º ano	<input checked="" type="checkbox"/> EF/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> OEd	<input checked="" type="checkbox"/> Dec-lei 60 OEd		<input checked="" type="checkbox"/> Prog Cidadania e Segurança - OEd
	6º ano	<input checked="" type="checkbox"/> CN/EF/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN	<input checked="" type="checkbox"/> Dec-lei 60 CN/outras/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN, FC OEd
3º CICLO	7º ano	<input checked="" type="checkbox"/> EF/OEd		<input checked="" type="checkbox"/> Dec-lei 60 CN/ Outras/OEd		<input checked="" type="checkbox"/> Proj Atitude Positiva/Outras/OEd <input checked="" type="checkbox"/> Proj Atitude Positiva Outras/OEd
	8º ano	<input checked="" type="checkbox"/> EF/OEd		<input checked="" type="checkbox"/> Dec-lei 60 CN/ Outras/OEd		Outras/OEd Outras/OEd
	9º ano	<input checked="" type="checkbox"/> CN/EF/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN	<input checked="" type="checkbox"/> Dec-lei 60 CN/ Outras/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN/OEd	<input checked="" type="checkbox"/> CN/Outras/OEd Proj Atitude Positiva/Controlo da Ansiedade Outras/OEd

## PROPOSTA DE TRABALHO/ATIVIDADES POSSÍVEIS

- Constituição de uma Equipa Multidisciplinar de trabalho - agentes facilitadores da operacionalização/ dinamização de PT e/ou de Clubes e actividades, no âmbito da Escola Promotora de Saúde e Eco-Escolas;
- Dinamização do Gabinete de Atendimento ao Aluno, onde os alunos poderão ter atendimento individualizado por parte de um professor com formação e de técnicos de saúde, que para além do atendimento funcione como dinamizador e impulsionador de actividades no âmbito da PES;
- Dinamização de Clubes no âmbito da Saúde e do Ambiente, CSA - actividades de promoção de alimentação saudável, ao nível da cantina, bufete e promoção da prática desportiva - intervalos saudáveis, reciclagem de materiais e melhoramento dos espaços escolares,...;
- Realização de sessões temáticas, no âmbito da Educação para a Saúde, de esclarecimento/ reforço/ Workshops com técnicos especializados exteriores à escola, alunos, professores, pais e Encarregados de Educação;
- Promoção de estilos de vida saudáveis - prática de actividades desportivas ao ar livre;
- Actualização da página da Educação para a Saúde, no Moodle - divulgação e esclarecimento de informação, actividades, trabalhos de alunos, relacionados com a saúde;
- Dinamização de actividades de levantamento de interesses “Caixa de interesses” - discussão de questões formuladas pelos alunos;
- Visionamento e discussão de filmes;
- Manutenção da realização/ dinamização de actividades do “Clube Saúde e Ambiente” - actividades de promoção de alimentação saudável, ao nível da cantina e promoção da prática desportiva - intervalos saudáveis;
- Realização de actividades de treino de resolução de situações/problemas: “Role play”/ Teatro-debate - simulação de situações/problemas seguida de discussão;
- Produção e divulgação de materiais de sensibilização - cartazes; ppts, vídeos; folhetos, ...;
- Apoio/accompanhamento a projectos ao nível da área curricular não disciplinar de Orientação Educativa e Formação Cívica (pré-escolar e 1ºciclo);
- Participação em eventos (Feira da Saúde, Parlamento dos Jovens), no âmbito da PES;
- Promoção do Trabalho de pares;
- Realização de actividades que apelem ao envolvimento/participação das famílias;
- Realização de exposições de trabalhos de alunos;

## ALIMENTAÇÃO E ACTIVIDADE FÍSICA

### OBJECTIVOS:

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens.
- Inverter a tendência crescente de perfis de doença associadas a uma deficiente nutrição.
- Promover a saúde dos jovens, especificamente em matéria de alimentação saudável e actividade física.

- ✓ Utilização da Oficina de Culinária - escolha, preparação, confecção de refeições saudáveis;
- ✓ Comemoração “Dia Mundial da Alimentação”
  - ✓ Exposição - Roda de Alimentos (c/ alimentos reais ?)
  - ✓ Jogos interactivos - Alimentação saudável/Actividade Física
  - ✓ Concurso de Gastronomia do Mundo - Inglês/Francês
- ✓ Workshops/Peq.s palestras /Power Point
- ✓ Intervalos Saudáveis :
  - ✓ Oferta de Fruta
  - ✓ “Aluguer/empréstimo” de equipamentos desportivos
- ✓ Higiene Oral - Sessões sensibilização /Rastreio dentário
- ✓ Higiene e Segurança Alimentar - E-Bug/ Nestlé
- ✓ Visionamento de filmes/ análise de Textos seguidos de Debate,
- ✓ Role-play
- ✓ Utilização de mat.s EPS (CD DT)
- ✓ Intervenção no âmbito da promoção de escolhas saudáveis, no Bufete e no Refeitório, ...

## SAÚDE MENTAL / PREVENÇÃO DE VIOLÊNCIA EM MEIO ESCOLAR

### OBJECTIVOS

- Identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência;
- Promover uma intervenção eficaz baseada em conhecimento.

- ✓ Cidadania e Segurança
- ✓ Participação “Parlamento dos Jovens” - Violência de Género/Bulling
- ✓ Proj. Atitude Positiva;
- ✓ Visionamento de filmes/ análise de textos seguidos de Debate,
- ✓ Role-play
- ✓ Utilização de mat.s EPS (CD DT)
- ✓ Melhoramento de espaços comuns - sala de Alunos, Refeitório, ...
- ✓ ...

SEXUALIDADE E INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS**Objectivos:**

- Contribuir para uma melhoria dos relacionamentos afectivo-sexuais entre os jovens.
- Contribuir para a redução das possíveis consequências negativas dos comportamentos sexuais, tais como a gravidez não planeada e as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST).
- Contribuir para a tomada de decisões saudáveis na área da sexualidade.
- Dotar o aluno de competências que o tornem capaz de “relacionar harmoniosamente o corpo com o espaço, numa perspectiva pessoal e interpessoal promotora da saúde e da qualidade de vida”.

- ✓ Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais:
  - ✓ “Assertividade”
  - ✓ Debates,...
- ✓ “Adolescência e Tu”;
- ✓ Peq.s palestras /Trab. Pesq/, outras activ.s de sensibilização
- ✓ Proj. E-Bug ;
- ✓ Teatro-debate ...;
- ✓ outras actividades - mat.s APF;
- ✓ Visionamento de filmes/ análise de textos seguidos de debate;
- ✓ Role-play
- ✓ Utilização de mat.s EPS (CD DT)
- ✓ ...

PREVENÇÃO DO CONSUMO DE SUBSTÂNCIAS PSICOACTIVAS**OBJECTIVOS:**

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens;
- Contribuir para a definição de políticas claras em matéria de consumos de substâncias psicoactivas.
- Prevenir o consumo destas substâncias em meio escolar através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa.

- ✓ Proj Atitude Positiva
- ✓ Peq.s palestras /Trab de Pesq. / outras activ.s de sensibilização:
  - ✓ Prev consumos SPA - Alcoolismo, Tabagismo, Outras Drogas;
- ✓ Visionamento de filmes/ análise de Textos seguidos de Debate,
- ✓ Role-play
- ✓ Utilização de mat.s EPS (CD DT)
- ✓ ...

ACTIVIDADES MULTIDISCIPLINARES:

- ✓ Gabinete de Atendimento, no âmbito da EPS /Ed Sexual e Gestão de Conflitos - mín. 8/10 horas semanais;
- ✓ Feira da Saúde;
- ✓ Oeste Infantil;
- ✓ Olimpíadas do Ambiente;
- ✓ Semana da Energia;
- ✓ Semana Eco-escola;
- ✓ Escola electrão;
- ✓ Actividades e Concursos no âmbito da Ciência, Saúde e Ambiente;
- ✓ Semana CSA: Apresentação de trabalhos de alunos, Rastreios, Palestras, ...
- ✓ Sessões de Sensibilização,
- ✓ Workshops,
- ✓ Desporto Escolar/EF
- ✓ Oficinas e Clubes

ESTRUTURAS DE INTEGRAÇÃO E DINAMIZAÇÃO

- **Gabinete de Atendimento ao Aluno** - Ed. Sexual (mín. 8/10 Horas) e Gestão de conflitos
- **Clube Saúde e Ambiente:**
  - Vertente Alimentação: confecção de refeições saudáveis/intervenção na cantina e no bufete da escola ,...
  - Vertente Artes Plásticas: Reciclagem/reutilização de materiais para melhoramento dos espaços escolares,...
  - Vertente Artística - Música, dança, dramatização,...
  - Vertente Científica - actividades práticas/experimentais,...
- **Clube de Culinária** - Vertente Alimentação: confecção de refeições saudáveis;
- **Desporto Escolar:**
  - Clube Vólei
  - Clube Ténis
  - Clube de Dança
  - Clube Futsal
  - Clube Escalada
  - Clube Natação
  - Clube de Ginástica
  - Apoio a alunos com IMC elevado

**EQUIPA MULTIDISCIPLINAR - ESCOLA PROMOTORA DE SAÚDE E ECO-ESCOLA**  
**AGENTES FACILITADORES DA OPERACIONALIZAÇÃO/ DINAMIZAÇÃO DE PCT E/OU DE CLUBES**

	NOME	CARGO	EQUIPA CSA SEDE AG ESCS	NIVEL DE ENSINO
PROFESSORES - 2º E 3º CICLOS	Clara Assis	Coord GAA/ Acess. Direção		
	Maurícia Reis/	C EPS / CN	CEPS	3ºC
	Manuela Passos	C EPS / CN	CEPS	3ºC
	Mª Jesus	C Eco-esc / CNs	C Eco-Esc	3ºC
	Ana Paula Botelho	C Eco-esc / CNs	C Eco-Esc	2ºC
		Coord. DT 2ºC		2ºC
		Coord. DT3ºC		3ºC
	Dario	Coord Desp Escolar		3ºC
		Coord OFCul		2ºC
	Paula Simas	Coord BECRE		
		C CN	CSA/GAA	3ºC
		C EF		3ºC
		CN	GAA/EPS	3ºC
	Fernanda Garrido	Of.Cul. /EVT	CSA/ C Cul	2ºC
	Ana Luísa Fonseca	EF/Clube de Dança		2ºC
				2ºC
		Marina	Psic	
1º CICLO E PRÉ-ESC.	Lurdes Cunha	C 1ºC		1ºC
	Otília	C 1ºC		
	Claudina	CPré-Esc		Pré-Esc

COMPETÊNCIAS DO COORDENADOR:

- Elaborar o projecto anual de EPS;
- Coordenar a Equipa de trabalho ao nível do Agrupamento;
- Fazer a ligação entre o Agrupamento e as várias entidades parceiras;
- Promover a articulação entre as actividades desenvolvidas entre os JI/1°C/2°/3°C;
- Promover a articulação entre as várias estruturas educativas do Agrupamento, no âmbito da EPS;
- Coordenar a organização, dinamização e avaliação das actividades EPS;
- Avaliar o projecto anual em conjunto com a equipa;

COMPETÊNCIAS DA EQUIPA EPS/ECO-ESCOLA:

- Participar na elaboração do projecto anual de EPS;
- Colaborar com a Coordenadora da EPS na implementação do Projecto de trabalho ao nível do Agrupamento;
- Participar nas actividades de ligação entre o Agrupamento e as várias entidades parceiras;
- Colaborar na articulação entre as actividades desenvolvidas entre os JI/1°C/2°/3°C;
- Participar na organização, dinamização e avaliação das actividades EPS;
- Avaliar o projecto anual em conjunto com a equipa;

OUTROS INTERVENIENTES				
SPO	Marina Freire	Psicóloga		
S.Adm.				
SASE	Helena			
Refeitório	Lucinda			
Técnicos Operac.s	Mónica	Bar		
	Orlanda	BECRE		
	Rosa	Chefe Pessoal		
Associação de Pais	Sandra Mónia	Presidente Assoc. Pais e E.E.		
Alunos				
CSTV	Enfº CSTV	GAA/ Saúde		
CMTV	Dra. Sílvia Silva	CMTV - Grupo + Saúde		
Académico Torres	Vítor	Psicólogo - Proj. Atitude Positiva - Académico de Torres		

## POPULAÇÃO-ALVO

- Alunos do Agrupamento: Pré-Escolar ao 3º Ciclo do Ensino Básico;
- Professores e Educadores de Infância do Agrupamento;
- Funcionários dos estabelecimentos de ensino do Agrupamento;
- Pais e Encarregados de Educação;
- Comunidade em geral.

## PARCERIAS:

- Agrupamento de Centros de Saúde de Torres Vedras - Saúde Pública/Unidade de Saúde da Comunidade;
- Associação de Pais do Agrupamento;
- Câmara Municipal de Torres Vedras;
- Académico de Torres;
- Escola Segura.

## CALENDARIZAÇÃO

A Educação para a Saúde existe na escola desde 1999/2000, e nesse seguimento, o actual projecto apresenta-se como uma continuidade do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido desde então. No entanto, tem sido nos últimos anos que este tem vindo a ser implementado com de forma mais eficaz, constatando-se um crescente envolvimento na Educação para a Saúde através do desenvolvimento de temáticas, no âmbito da educação para a Saúde nas várias turmas.

O presente projecto é apresentado para o ano 2010/2011, integrado num intervalo de tempo mínimo necessário para desenvolvimento de um projecto desta natureza de pelo menos 5 anos, 2008/2009 a 2012/2013.

## AVALIAÇÃO DO PROJECTO

A avaliação do projecto deverá ser contínua, com observação directa e possível utilização de questionários e/ou grelhas, mas concretizada no final de cada ano lectivo com a elaboração de um relatório, realizado pela Coordenadora da Educação para a Saúde, em colaboração de uma equipa multidisciplinar, com base nos relatórios/grelhas efectuados por todos os elementos que desenvolveram acções nesta temática. Este relatório será apresentado em reunião de Conselho Pedagógico, de acordo com a legislação em vigor.

A avaliação efectuada terá como objectivo fomentar as boas práticas decorrentes da implementação do projecto, assim como a reformulação das metodologias inerentes às acções desenvolvidas, que tiverem menor impacto junto dos alunos. Daqui resultará uma reflexão, que deverá servir de base à elaboração de propostas de trabalho para o ano lectivo seguinte.

# Anexo 1

## (Legislação em vigor)

**ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA****Lei n.º 60/2009****de 6 de Agosto****Estabelece o regime de aplicação da educação sexual em meio escolar**

A Assembleia da República decreta, nos termos da alínea c) do artigo 161.º da Constituição, o seguinte:

**Artigo 1.º****Objecto e âmbito**

1 — A presente lei estabelece a aplicação da educação sexual nos estabelecimentos do ensino básico e do ensino secundário.

2 — A presente lei aplica-se a todos os estabelecimentos da rede pública, bem como aos estabelecimentos da rede privada e cooperativa com contrato de associação, de todo o território nacional.

**Artigo 2.º****Finalidades**

Constituem finalidades da educação sexual:

- a) A valorização da sexualidade e afectividade entre as pessoas no desenvolvimento individual, respeitando o pluralismo das concepções existentes na sociedade portuguesa;
- b) O desenvolvimento de competências nos jovens que permitam escolhas informadas e seguras no campo da sexualidade;
- c) A melhoria dos relacionamentos afectivo-sexuais dos jovens;
- d) A redução de consequências negativas dos comportamentos sexuais de risco, tais como a gravidez não desejada e as infecções sexualmente transmissíveis;
- e) A capacidade de protecção face a todas as formas de exploração e de abuso sexuais;
- f) O respeito pela diferença entre as pessoas e pelas diferentes orientações sexuais;
- g) A valorização de uma sexualidade responsável e informada;
- h) A promoção da igualdade entre os sexos;
- i) O reconhecimento da importância de participação no processo educativo de encarregados de educação, alunos, professores e técnicos de saúde;
- j) A compreensão científica do funcionamento dos mecanismos biológicos reprodutivos;
- l) A eliminação de comportamentos baseados na discriminação sexual ou na violência em função do sexo ou orientação sexual.

**Artigo 3.º****Modalidades**

1 — No ensino básico, a educação sexual integra-se no âmbito da educação para a saúde, nas áreas curriculares não disciplinares, nos termos a regulamentar pelo Governo.

2 — No ensino secundário, a educação sexual integra-se no âmbito da educação para a saúde, nas áreas curriculares disciplinares e não disciplinares, nos termos a regulamentar pelo Governo.

3 — No ensino profissional, a educação sexual integra-se no âmbito da educação para a saúde, nos termos a regulamentar pelo Governo.

4 — O disposto nos números anteriores não prejudica a transversalidade da educação sexual nas restantes disciplinas dos curricula dos diversos anos.

**Artigo 4.º****Conteúdos curriculares**

Compete ao Governo definir as orientações curriculares adequadas para os diferentes ciclos de ensino.

**Artigo 5.º****Carga horária**

A carga horária dedicada à educação sexual deve ser adaptada a cada nível de ensino e a cada turma, não devendo ser inferior a seis horas para o 1.º e 2.º ciclos do ensino básico, nem inferior a doze horas para o 3.º ciclo do ensino básico e secundário, distribuídas de forma equilibrada pelos diversos períodos do ano lectivo.

**Artigo 6.º****Projecto educativo de escola**

A educação sexual é objecto de inclusão obrigatória nos projectos educativos dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, nos moldes definidos pelo respectivo conselho geral, ouvidas as associações de estudantes, as associações de pais e os professores.

**Artigo 7.º****Projecto de educação sexual na turma**

1 — O director de turma, o professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual, bem como todos os demais professores da turma envolvidos na educação sexual no âmbito da transversalidade, devem elaborar, no início do ano escolar, o projecto de educação sexual da turma.

2 — Do projecto referido no número anterior, devem constar os conteúdos e temas que, em concreto, serão abordados, as iniciativas e visitas a realizar, as entidades, técnicos e especialistas externos à escola, a convidar.

**Artigo 8.º****Pessoal docente**

1 — Cada agrupamento de escolas e escola não agrupada deve designar um professor-coordenador da educação para a saúde e educação sexual.

2 — Cada agrupamento de escolas e 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.

3 — Compete a esta equipa:

- a) Gerir o gabinete de informação e apoio ao aluno;
- b) Assegurar a aplicação dos conteúdos curriculares;
- c) Promover o envolvimento da comunidade educativa;
- d) Organizar iniciativas de complemento curricular que julgar adequadas.

4 — Aos professores-coordenadores de educação para a saúde e educação sexual, aos professores responsáveis em cada turma pela educação para a saúde e educação sexual e aos professores que integrem as equipas interdisciplinares de educação para a saúde e educação sexual, é garantida, pelo Ministério da Educação, a formação necessária ao exercício dessas funções.

5 — Cada turma tem um professor responsável pela educação para a saúde e educação sexual.

6 — As habilitações necessárias, bem como as condições para o exercício das funções definidas no presente artigo, devem ser fixadas por despacho do membro do Governo responsável pela área da educação.

#### Artigo 9.º

##### Parcerias

1 — Sem prejuízo do disposto no artigo anterior, a educação para a saúde e a educação sexual deve ter o acompanhamento dos profissionais de saúde das unidades de saúde e da respectiva comunidade local.

2 — O Ministério da Saúde assegura as condições de cooperação das unidades de saúde com os agrupamentos de escolas ou escolas não agrupadas.

3 — O Ministério da Educação e os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas podem ainda estabelecer protocolos de parceria com organizações não governamentais, devidamente reconhecidas e especializadas na área, para desenvolvimento de projectos específicos, em moldes a regulamentar pelo Governo.

#### Artigo 10.º

##### Gabinetes de informação e apoio

1 — Os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas dos 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário devem disponibilizar aos alunos um gabinete de informação e apoio no âmbito da educação para a saúde e educação sexual.

2 — O atendimento e funcionamento do respectivo gabinete de informação e apoio são assegurados por profissionais com formação nas áreas da educação para a saúde e educação sexual.

3 — O gabinete de informação e apoio articula a sua actividade com as respectivas unidades de saúde da comunidade local ou outros organismos do Estado, nomeadamente o Instituto Português da Juventude.

4 — O gabinete de informação e apoio funciona obrigatoriamente pelo menos uma manhã e uma tarde por semana.

5 — O gabinete de informação e apoio deve garantir um espaço na Internet com informação que assegure, prontamente, resposta às questões colocadas pelos alunos.

6 — As escolas disponibilizam um espaço condigno para funcionamento do gabinete, organizado com a participação dos alunos, que garanta a confidencialidade aos seus utilizadores.

7 — Os gabinetes de informação e apoio devem estar integrados nos projectos educativos dos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, envolvendo especialmente os alunos na definição dos seus objectivos.

8 — O gabinete de informação e apoio, em articulação com as unidades de saúde, assegura aos alunos o acesso aos meios contraceptivos adequados.

#### Artigo 11.º

##### Participação da comunidade escolar

1 — Os encarregados de educação, os estudantes e as respectivas estruturas representativas devem ter um papel activo na prossecução e concretização das finalidades da presente lei.

2 — Os encarregados de educação e respectivas estruturas representativas são informados de todas as actividades curriculares e não curriculares desenvolvidas no âmbito da educação sexual.

3 — Sem prejuízo das finalidades da educação sexual, as respectivas comunidades escolares, em especial os conselhos pedagógicos, podem desenvolver todas as acções de complemento curricular que considerem adequadas para uma melhor formação na área da educação sexual.

#### Artigo 12.º

##### Regulamentação

O Governo regulamenta a presente lei no prazo de 60 dias após a sua publicação.

#### Artigo 13.º

##### Avaliação

1 — O Ministério da Educação deve garantir o acompanhamento, supervisão e coordenação da educação para a saúde e educação sexual nos agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas, sendo responsável pela produção de relatórios de avaliação periódicos baseados, nomeadamente, em questionários realizados nas escolas.

2 — O Governo envia à Assembleia da República um relatório global de avaliação sobre a aplicação da educação sexual nas escolas, baseado nos relatórios periódicos, após os dois anos lectivos seguintes à entrada em vigor da presente lei.

#### Artigo 14.º

##### Entrada em vigor

1 — Sem prejuízo do disposto no número seguinte, a presente lei entra em vigor no dia seguinte ao da sua publicação, devendo ser aplicada nas escolas a partir da data de início do ano lectivo de 2009-2010.

2 — Os gabinetes de informação e apoio ao aluno devem estar em funcionamento em todos os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas até ao início do ano lectivo de 2010-2011.

Aprovada em 4 de Junho de 2009.

O Presidente da Assembleia da República, *Jaime Gama*.

Promulgada em 23 de Julho de 2009.

Publique-se.

O Presidente da República, ANÍBAL CAVACO SILVA.

Referendada em 23 de Julho de 2009.

O Primeiro-Ministro, *José Sócrates Carvalho Pinto de Sousa*.