

Plano de Anual de Atividades

do Projeto Educação para a Saúde (PES)

2025/2026



PROJETO EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Observações: LM – Ao Longo do mês; SD – Sem Data Definida; LA – Ao longo do ano

Mês	Dia	Atividade	Objetivos do Projeto Educativo	Metas do Projeto Educativo	Recursos	Local / Público-alvo	Responsáveis
Out.	SD	Sessão de Sensibilização/capacitação parental “Parentalidade Positiva e Estilos de Vida Saudáveis – Impacto na Melhoria do Sucesso Escolar”	- Promover um maior envolvimento e corresponsabilidade dos Encarregados de Educação nos percursos escolares dos alunos; - Desenvolver o processo de ensino/aprendizagem perspetivando a melhoria da qualidade das aprendizagens e o sucesso dos alunos dos 2º e 3º ciclos.	- Obter uma taxa de sucesso interna igual ou superior a 90% nos 1.º, 2.º e 3.º ciclos e 80% no secundário - Conseguir que, pelo menos, 75% dos alunos, por ano de escolaridade, transite, anualmente, sem classificações negativas.	Auditório/Sala Equipamento audiovisual, powerpoint, folhas de papel, etc,	Encarregados de Educação/Pais dos alunos dos 1º, 2º, 3º ciclos e ensino secundário	Socióloga da Equipa PNPSE e Equipa da Saúde Escolar



Out.	13 a 17	Comemoração do Dia Mundial da Alimentação - Caravana dos Três Tês (Trato, trinca e treino)	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem. Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral dos alunos; Mobilizar recursos humanos, organizacionais e da comunidade, numa lógica de trabalho colaborativo e de responsabilização em função das especificidades dos alunos	Realizar, sistematicamente, uma avaliação formativa reflexiva que contribua para a reorientação da ação educativa (Domínio E - avaliação); Promover projetos e ações relacionados com a saúde e a educação para a cidadania (Domínio D - Inclusão e C – Oferta Educativa); Aumentar a participação dos encarregados de educação na vida escolar dos seus educandos (Domínio A - interação com o meio); Implementar o trabalho de parceria com as famílias (Domínio D – cultura organizacional).	Biblioteca móvel do Município, materiais pedagógicos sobre alimentação saudável	Todas as escolas do agrupamento (1 dia em cada escola) - Toda a comunidade educativa	Equipa da Saúde Escolar Médica Dentista do Centro de Saúde Apoio das bibliotecas escolares e da Camara Municipal
Nov.	20	Comemoração do Dia Internacional dos Direitos	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem.	Promover projetos e ações relacionados com a cultura,	Histórias ilustradas sobre os direitos das crianças, cartolina,	Escolas do 1.º Ciclo do agrupamento – alunos,	Equipa de Saúde Escolar CPCJ

		da Criança - Caça aos Direitos	Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral dos alunos; Mobilizar recursos humanos, organizacionais e da comunidade, numa lógica de trabalho colaborativo e de corresponsabilização em função das especificidades dos alunos	a cidadania e a educação para os valores (prioridade I - Domínio C e D); Aumentar a participação dos encarregados de educação na vida escolar dos seus educandos (prioridade I - Domínio A); Desenvolver momentos de encontro da comunidade educativa para partilha de boas práticas (prioridade I - Domínio A); Estimular a intervenção ativa dos alunos na vida escolar (prioridade III - Domínio D).	marcadores, folhas de papel	professores e assistentes operacionais	Apoio das bibliotecas escolares
Jan.		Comemoração do Dia Mundial da Não Violência e da Paz nas Escolas	Promover um ambiente educativo do desenvolvimento integral dos alunos;	Promover projetos e ações relacionados com a cidadania e os valores humanos (prioridade I - Domínio C e D);	Cartolinas, Fitas de cores, marcadores	Escolas BB e BC do Agrupamento – Alunos do 2.º e 3.º ciclo e Secundário, professores,	Equipa de Saúde Escolar CPCJ

	30		Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem; Mobilizar recursos humanos e da comunidade educativa numa lógica de corresponsabilização.	Desenvolver atividades que estimulem a cidadania ativa, a cultura da paz e a não violência (prioridade III - Domínio D); Fomentar a existência de momentos de encontro da comunidade educativa para a partilha de boas práticas (prioridade I - Domínio A); Aumentar o envolvimento dos alunos e das suas famílias na vida da escola (prioridade I - Domínio A e prioridade II - Interação com o meio).		técnicos e assistentes operacionais	
--	----	--	---	--	--	-------------------------------------	--



Mar.	16 a 20	Comemoração do Dia Mundial da Saúde Oral – Caravana “A clínica dos sorrisos”	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem; Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral dos alunos; Mobilizar recursos humanos, organizacionais e da comunidade, numa lógica de trabalho colaborativo e corresponsável.	Promover projetos e ações relacionados com a saúde e a cidadania (prioridade I - Domínio C e D); Aumentar a participação dos encarregados de educação na vida escolar dos seus educandos (prioridade I - Domínio A); Implementar o trabalho de parceria com as famílias (prioridade I - Domínio B); Desenvolver práticas educativas promotoras da saúde, bem-estar e hábitos de vida saudáveis (prioridade III - Domínio D).	Biblioteca móvel, escovas e modelos de boca, materiais de pintura e desenho, folhetos informativos, histórias sobre saúde oral, apoio técnico da médica dentista e enfermeiras.	Todas as escolas do agrupamento (a biblioteca móvel estará 1 dia em cada escola do agrupamento) - Toda a comunidade educativa	Equipa de Saúde Escolar Médica dentista do agrupamento Apoio das bibliotecas escolares e da Camara Municipal
------	---------	--	---	--	--	--	---



Abr.	LM	Comemoração do Mês da Prevenção dos Maus- Tratos na Infância	Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral dos alunos; Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem; Mobilizar recursos humanos e a comunidade, numa lógica de corresponsabilização e trabalho colaborativo.	Promover projetos e ações relacionados com a cidadania, os direitos humanos e a proteção da infância (prioridade I - Domínio C e D); Aumentar a participação dos encarregados de educação na vida escolar (prioridade I - Domínio A); Estimular práticas alusivas e humanistas que promovam o respeito, a empatia e o bem-estar (prioridade III - Domínio D); Reforçar a articulação entre os serviços de educação e os parceiros locais da área da saúde e proteção da infância (prioridade II - Interação com o meio).	Fitas azuis, alfinetes, cartolinas, panfletos de sensibilização, espaço exterior para o laço humano.	Escolas do 1.º Ciclo e Largo do Município - Alunos do pré-escolar e do 1.º ciclo de ensino. Escolas do BB e BC: 2.º e 3.º ciclo e secundário	CPCJ Equipa de Saúde Escolar



Abr.	15	“Comemoração do Dia Mundial da Saúde” Mesa-redonda - Sem Filtro, o que andas a arriscar?	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem; Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral dos alunos; Mobilizar recursos humanos e da comunidade, numa lógica de corresponsabilização e trabalho colaborativo.	Promover ações relacionadas com a saúde, a cidadania, os afetos e os comportamentos de risco (prioridade I - Domínio D); Estimular a intervenção ativa dos alunos e a reflexão crítica sobre temas da atualidade (prioridade III - Domínio D); Reforçar a articulação com parceiros da comunidade (prioridade II - Interação com o meio); Desenvolver práticas promotoras do bem-estar e da responsabilidade	Auditório, cartaz de divulgação; GNR, Psicólogo, professor e enfermeiros da saúde escolar.	Auditório da escola sede do agrupamento - Alunos do ensino secundário	Equipa PES



				individual (prioridade III - Domínio D).			
Abr.	15	Atividades diversificadas, no GAAF e recinto escolar; ligadas à saúde	Promover um ambiente educativo saudável e facilitador do bem-estar físico e mental; Mobilizar recursos humanos numa lógica de corresponsabilização e valorização dos adultos que educam; Valorizar a saúde e o autocuidado como parte da cultura organizacional da escola.	Desenvolver práticas promotoras da saúde e do bem-estar físico e emocional da comunidade educativa (prioridade III - Domínio D); Promover a articulação entre os serviços de saúde e a escola (prioridade II - interação com o meio); Criar momentos de valorização e envolvimento dos profissionais da escola para além do seu papel funcional (prioridade I - Domínio A e B).	Aparelho de TA, balança e fita métrica, fichas de registo, folhetos informativos, local com privacidade, materiais para sugestões de bem-estar	Gabinete do – Professores, técnicos e assistentes operacionais	Equipa PES



LA (1 sessão por períod o)		Mãos com Miminho	Promover um ambiente educativo facilitador do desenvolvimento integral e saudável; Valorizar práticas pedagógicas inovadoras, centradas no bem-estar da criança; Mobilizar a comunidade educativa para estratégias promotoras de saúde emocional e física.	Desenvolver práticas promotoras da saúde, autocuidado e do bem-estar (prioridade III - Domínio D); Implementar ações com enfoque na educação emocional e na literacia em saúde desde a infância (prioridade I - Domínio C e D); Estimular uma cultura de proximidade, empatia e respeito (prioridade III - interação com o meio e Domínio B); Envolver os encarregados de educação em atividades de desenvolvimento socio-	Música, histórias guiadas, espaço tranquilo	Sala de aula – Alunos do ensino Pré-Escolar do agrupamento	Equipa de saúde Escolar



				emocional (prioridade I - Domínio A).			
LA (2 sessões no 1.º período; 3 sessões no 2.º Período e 1 sessão do 3.º Período)		Passe.easy	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem; Promover hábitos de vida saudáveis desde a infância; Promover um ambiente educativo que favoreça escolhas saudáveis e o desenvolvimento integral do aluno.	Desenvolver práticas promotoras da saúde e do bem-estar físico (prioridade III - Domínio D); Implementar projetos na área da educação alimentar e cidadania (prioridade I - Domínio C e D); Envolver os encarregados de educação no reforço das aprendizagens fora da escola (prioridade I - Domínio A); Promover a articulação com os serviços de saúde locais (prioridade II - interação com o meio)	Material do programa passe.easy, imagens da roda dos alimentos, cartazes, lápis de cor, alimentos de brincar, folhetos educativos para as famílias, computador e projetor.	Sala de Aula – Alunos do 3º ano de escolaridade do agrupamento	Equipa de Saúde Escolar



LA (1 sessão por períod o)	Olha para ti: como te sentes?	Promover um ambiente educativo facilitador do bem-estar emocional; Valorizar a dimensão formativa e humana da aprendizagem; Desenvolver competências pessoais e sociais desde os primeiros anos escolares.	Promover práticas educativas centradas no desenvolvimento pessoal e emocional dos alunos (prioridade III - Domínio D); Implementar projetos que desenvolvam empatia, respeito e autorregulação (prioridade I - Domínio C e D); Envolver os encarregados de educação na promoção da saúde emocional (prioridade I - Domínio A); Fortalecer parcerias entre a escola e serviços de saúde e apoio psicossocial (prioridade II - interação com o meio)	Histórias alusivas ao tema, cartões, roda das emoções, música, balões, cartazes, computador e projetor	Sala de Aula – Alunos do 5º ano de escolaridade do agrupamento	Equipa de Saúde Escolar Apoio das bibliotecas escolares
--	--	---	--	--	--	---



LA (7 sessões : 1 sessão por mês)		Programa Mais Contigo	Promover o desenvolvimento integral dos alunos; Valorizar a saúde mental e emocional como parte essencial do sucesso educativo; Estimular práticas educativas inclusivas, preventivas e humanistas.	Desenvolver competências emocionais e sociais nos adolescentes (prioridade III - Domínio D); Prevenir comportamentos de risco e promover fatores de proteção psicológica (prioridade I - Domínio C e D); Envolver os encarregados de educação e os serviços de saúde na promoção da saúde mental juvenil (prioridade I - Domínio A e interação com o meio); Criar um ambiente escolar seguro, empático e promotor do bem-estar (prioridade III - Domínio D).	Sala de Aula, folhas de papel, lápis, computador e projetor.	Sala de Aula – Alunos do 7º ano de escolaridade e turma do 8º ano, que no ano transato, foi escolhida como grupo de controlo	Equipa de Saúde Escolar
--	--	------------------------------	--	--	---	---	--------------------------------



LA (1 sessão por períod o)		À Tua Maneira	Valorizar a dimensão formativa da aprendizagem e a saúde emocional dos alunos; Promover um ambiente educativo seguro, inclusivo e facilitador do bem-estar; Fomentar o desenvolvimento pessoal e social dos jovens, com base no respeito, empatia e responsabilidade.	Desenvolver competências emocionais, sociais e relacionais (prioridade III - Domínio D); Prevenir comportamentos de risco e promover o autocuidado (prioridade I - Domínio D); Estimular a participação ativa dos alunos na reflexão sobre temas que os afetam (prioridade I - Domínio C e prioridade III - Domínio D); Reforçar o trabalho colaborativo entre escolas e serviços de saúde e apoio psicológico (prioridade II - interação com o meio)	Cartões, marcadores, caixa de perguntas anónimas, métodos contracetivos, computador e projetor.	Sala de Aula – Alunos do 10 ano de escolaridade do agrupamento	Equipa de Saúde Escolar
--	--	----------------------	--	---	--	---	--------------------------------



Dez.	19	Diabetes na escola – Saber para cuidar	Promover um ambiente educativo inclusivo e seguro para todos os alunos; Valorizar a formação contínua dos profissionais da escola; Mobilizar recursos e saberes da comunidade para uma resposta mais eficaz às necessidades específicas dos alunos.	Aumentar a literacia em saúde na comunidade educativa (prioridade III - Domínio D); Reforçar a articulação entre a escola e os serviços de saúde (prioridade II - interação com o meio); Criar uma cultura organizacional mais consciente e preparar para lidar com alunos com necessidades de saúde especiais (prioridade I - Domínio B); Desenvolver práticas inclusivas e promotoras da equidade (prioridade I - Domínio D).	Computador e projetor, folhetos informativos, máquina de glicemia, fitas e lancetas	Auditório - Professores, técnicos e assistentes operacionais	Equipa de Saúde Escolar
------	----	---	--	---	--	---	--------------------------------



Abr.	1	Alergias Alimentares na Escola – Prevenir para Proteger	Promover um ambiente educativo seguro e inclusivo; Valorizar a formação dos profissionais como meio de resposta a necessidades específicas dos alunos; Mobilizar a comunidade educativa para a prevenção de riscos e proteção da saúde infantil.	Reforçar a articulação com os serviços de saúde e a família na gestão de situações clínicas (prioridade II - interação com o meio); Implementar práticas de segurança e prevenção em contexto escolar (prioridade I - Domínio B e prioridade III - Domínio D); Sensibilizar para a inclusão e equidade, respeitando as necessidades individuais dos alunos (prioridade I - Domínio D); Desenvolver uma cultura escolar atenta ao bem-estar físico e emocional de toda a comunidade (prioridade III - Domínio D).	Computador, projetor, folhetos, caneta de treino	Auditório - Professores, técnicos e assistentes operacionais	Equipa de Saúde Escolar
------	---	--	---	--	--	--	-------------------------