



Projetos
Relatório das atividades desenvolvidas ao longo do ano letivo

ANO LETIVO: 2022 / 2023

Designação do Projeto	Projeto de Educação para a Saúde
Coordenador do Projeto	Sílvia Alves Martins

Balanco final das atividades desenvolvidas e/ou objetivos atingidos no âmbito do projeto.

Ao longo do 3º **Período** foram dinamizadas as seguintes atividades:

- I. Dinamização do Gabinete de Apoio ao Aluno e à Família (GAAF), espaço que conta semanalmente com os vários elementos que constituem a equipa do PES.
- II. A menina que não gostava de fruta - objetivos desta atividade:
 - Promover hábitos alimentares mais saudáveis;
 - Identificar os hábitos alimentares/alimentos saudáveis e não saudáveis;
 - Contribuir para a redução do consumo de produtos ultraprocessados
- III. Aprender a comer para feliz crescer - objetivos desta atividade:
 - Informar acerca da importância de uma alimentação saudável, equilibrada e variada
 - Promover hábitos alimentares mais saudáveis
 - Identificar os hábitos alimentares/alimentos saudáveis e não saudáveis
 - Contribuir para a redução do consumo de produtos ultraprocessados
 - Fomentar a participação ativa dos alunos, contribuindo para a sua educação alimentar e ao combate à obesidade infantil
- IV. Comportamentos aditivos e dependências - objetivos desta atividade:
 - Promover comportamentos saudáveis;
 - Melhorar o estado de saúde dos jovens
 - Prevenir consumos no meio escolar;
 - Incentivar à cessação dos consumos.
- V. Dizer Não - objetivos desta atividade:
 - Prevenir a iniciação do consumo de tabaco, álcool e drogas
 - Consciencializar para os riscos do consumo de tabaco, álcool e drogas
 - Desnormalizar o consumo de substâncias aditivas.



VI. O monstro das cores - objetivos desta atividade:

- Identificar, nomear e expressar emoções e sentimentos
- Favorecer a autoestima, autonomia e confiança da criança em si própria e nos outros
- Incentivar à compreensão, interação e socialização

VII. Olha para ti: como te sentes? - objetivos desta atividade:

- Promover o bem-estar, autoestima e autorregulação;
- Promover a aprendizagem de competências sociais e emocionais;
- Prevenir sintomas das perturbações da ansiedade e do humor.

VIII. Será que a Joaninha tem pilinha? - objetivos desta atividade:

- Sensibilizar para a igualdade de género;
- Promover a expressão de sentimentos;
- Promover a autoconfiança;
- Promover a inclusão escolar;

IX. Caixa dos afetos - objetivos desta atividade:

- Contribuir para a valorização dos relacionamentos afetivos e sexuais;
- Prevenir comportamentos sexuais de risco.

X. Dia Mundial sem Tabaco - objetivos desta atividade:

- Alertar toda a comunidade escolar para os malefícios desta droga a refletir sobre os seus malefícios;
- Divulgar dados estatísticos sobre a incidência de doenças e óbitos relacionados com o tabaco.

Avaliação da implementação do projeto ao longo do ano letivo. (1- Insuficiente a 5- Excelente)

	1	2	3	4	5	
Insuficiente	☐	☐	☐	☐	☒	Excelente

Tendo em conta a avaliação global da implementação do projeto por parte do público-alvo e dos responsáveis, o projeto deve ter continuidade no próximo ano letivo?



Agrupamento de Escolas Dr. Bento da Cruz – 152766

Sim

☒

Não

☐

Montalegre, 16 de junho de 2023