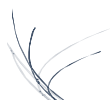


PLANO DE ATIVIDADES

2017/2018



ES Antero de Qental



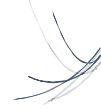
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Promover hábitos de vida saudável.

Área específica de intervenção: Saúde individual e coletiva.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Mensuração dos níveis de aptidão física associada à saúde e prevalência de excesso de peso e obesidade de todos os alunos da ESAQ.	Todos os alunos da escola, com matrícula em Educação Física.	ESE; Grupo de docentes do departamento de Educação Física.	9 a 13 de outubro

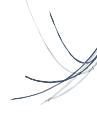


CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

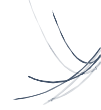
Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

<p>Objetivo: Promover hábitos de alimentação saudável a toda a comunidade escolar.</p>
<p>Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde; Saúde individual e coletiva.</p>

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Desenvolver atividades de cariz prático de promoção de hábitos de alimentação saudável.	Turmas DOV e 7.º anos com currículo adaptado.	ESE; Nutricionistas; Animadora sociocultural da ESAQ	1.º Período
Comemorar o Dia Mundial da Alimentação: <ul style="list-style-type: none"> ❖ Distribuição de pequeno-almoço saudável; ❖ Distribuição de lanche saudável; ❖ Promoção da substituição do sal por sal iodado e consumo de massa integral; ❖ Exposição de trabalhos sobre a alimentação. 	3.º ciclo	ESE;	16 de Outubro
	PROFIJ	Turma PROFIJ acompanhamento de crianças.	
	População escolar		
Comemorar o dia Mundial da Hipertensão.	População escolar	ESE	17 de maio
Sessões “ À volta da comida!- a importância das escolhas” .	3º ciclo	ESE (Docente Miguel Sousa)	Ao longo do ano



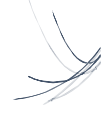
Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Inquérito sobre hábitos alimentares e utilização Cantina Escolar.	3.º ciclo e Ensino Secundário	ESE (Docente Helena Leitão)	16 de outubro A definir
Comemoração do Dia da Diabetes: ❖ Rastreio de Glicémia capilar; ❖ Exposição de trabalhos de alunos.	População escolar	ESE	14 de novembro



CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada
Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Adquirir competências no âmbito da Saúde Sexual e Reprodutiva.
Área específica de intervenção: Saúde individual e coletiva.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Desenvolver atividades diversas alusivas à abordagem, por parte dos alunos, das temáticas em questão (por exemplo: cartazes, filmes, encenações, elaboração de “caixas de dúvidas” ...)	Toda a comunidade escolar.	ESE	
Integrar, nos conteúdos programáticos da disciplina de cidadania, a abordagem da temática da “educação para os afetos”	3.º ciclo	ESE; Conselhos de turma.	
“O meu primeiro Beijo” - a importância dos afetos.	7.º ano	ESE; Psicóloga Cristina Vilaça.	
Realizar ações de sensibilização sobre a temática do planeamento familiar.	Do 9.º ao 12.º ano.	ESE; Conselhos de turma.	Ao longo do ano
Realizar ações de sensibilização sobre a prevenção de IST's.			
Programa de educação para a sexualidade na deficiência.	Turmas TVA	ESE; Psicóloga Cristina Vilaça.	
A Gravidez na adolescência – reflexões.	8.º ano	ESE; Professores de Cidadania.	
Violência no namoro.	11.º ano	ESE; Parceiros externos.	



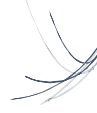
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Contribuir para a prevenção primária e secundária de acidentes.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde; Segurança individual e coletiva, prevenção de acidentes e suporte básico de vida.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Realizar ações de sensibilização sobre “Suporte Básico de Vida”.	Alunos de 9.º ano, 11.º e 12.º ano inscritos em educação física.	ESE.	1.º Período
Massclasse SBV.	Alunos 12.º ano; Pessoal docente; Pessoal não docente.	ESE; Clube de Proteção Civil.	2.º Período
Palestra sobre o “112/saúde”.	7.º ano.		
Realizar ações de prevenção rodoviária.	Alunos 10.º ano.	ESE;	
Realizar ações de sensibilização para a utilização da internet de forma segura.	Alunos 7.º ano.	PSP - Escola Segura.	A definir
Monitorização de acidentes.	Toda a comunidade escolar.	ESE; Funcionários da ESAQ.	Ao longo do ano letivo
Ação de sensibilização sobre formas de autoproteção em caso de sismo/incêndio/tempestade.	Turmas de 7.º ano.	ESE; Comissão de segurança da ESAQ; Proteção Civil.	A definir



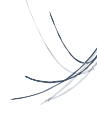
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Sensibilizar a comunidade educativa para os malefícios das substâncias lícitas e ilícitas

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde - Prevenção dos consumos nocivos e comportamentos de risco.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Atividades diversas alusivas à abordagem, por parte dos alunos, das temáticas de consumos lícitos e ilícitos (por exemplo: cartazes, filmes, encenações...).	3º ciclo.	ESE; Professores de cidadania.	
Sessões “a culpa é tua!”- a responsabilidade das nossas escolhas.	3º ciclo.	ESE; Prof. Miguel Sousa;	Ao longo do ano letivo.
Sessões de prevenção de consumos ilícitos.	10º ano.	ESE; Parceiros externos.	



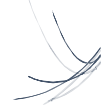
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Prevenir a violência em meio escolar.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde - Prevenção da violência em meio escolar.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Sessões sobre <i>Bullying</i> - formas de proteção.	7º ano.	ESE; Psicóloga Conceição Mendonça.	Ao longo do ano letivo.
Comunicar em segurança.		ESE; PSP - Escola Segura.	

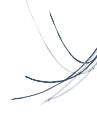


CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Promover a inclusão de jovens com NSE.
Área específica de intervenção: Inclusão escolar de crianças com NSE.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Levantamento dos alunos da ESAQ com NSE.	Comunidade escolar	ESE; Diretores de turma; Conselho Executivo.	De setembro a novembro
Avaliar as situações de saúde, doença ou incapacidade, referenciadas pela escola e a eventual necessidade de encaminhamento.		ESE	Ao longo do ano letivo.
Intervenção nas turmas e nos professores dos alunos com NSE, para esclarecimento sobre o apoio a prestar em SOS.		ESE; Grupo de Ensino Especial; ACAPO.	4 a 7 de dezembro
Semana “Educar para a diferença”.			



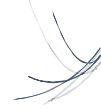
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Adquirir competências na área da saúde.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Semana da Saúde.	Comunidade escolar.	ESE; Parceiros externos.	Abril 2017



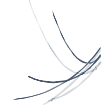
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Promover a saúde ambiental.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde - Ambiente e saúde.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Sessões sobre a importância da reciclagem.	8.º ano	ESE; MUSAMI.	1.º Período
Comemoração do dia da árvore: Plantação simbólica.	7º e 8º ano	ESE; Docentes de Ciências Naturais.	2.º Período



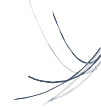
CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Sensibilizar a comunidade educativa para os malefícios das substâncias lícitas e ilícitas.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Desenvolver atividades diversas alusivas à abordagem, por parte dos alunos, das temáticas de consumos lícitos e ilícitos (por exemplo: cartazes, filmes, encenações...)	3.º ciclo	ESE; Professores de Cidadania.	
Sessões “A culpa é tua!”- a responsabilidade das nossas escolhas.		ESE; Professor Miguel Sousa	Ao longo do ano letivo.
Sessões de prevenção de consumos ilícitos.	10.º ano	ESE; Parceiros externos.	
Projeto SELF.	3.º ciclo		



CS/USI: CSPD/USISM – US de Ponta Delgada

Unidade Orgânica (UO): ES Antero Quental

Objetivo: Sensibilizar para a importância de aprender a lidar com a ansiedade.

Área específica de intervenção: Promoção de saúde e de literacia em saúde – promoção da saúde mental.

Atividades/ações			
Designação	População Alvo	Responsável (eis) pela atividade/ação	Data prevista
Sessão de sensibilização sobre a ansiedade e formas de atuação em crise.	Pessoal docente.	ESE; Serviço de psicologia da ESAQ.	Novembro de 2017.

