

## Proposta de Projeto / Clube de Desenvolvimento Educativo

**Estabelecimento de Ensino:** Escola Secundária da Moita;

Escola Básica 2º/3º Ciclos D. Pedro II

2025/2026

### 1. Identificação do Projeto: PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (PES)

\* [https://dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial\\_educacao\\_saude\\_novo.pdf](https://dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_novo.pdf)

**Designação Coordenador / responsável:** Teresa Osório (ESM); Sofia Gomes (D. Pedro II)

**Professores Dinamizadores / Interventientes:** Teresa Osório; Sofia Gomes; Rosa Martins  
Psicóloga Dra. Ana Paula Laginha - Serviço de Psicologia e Orientação (SPO)

Outros professores que participam no projeto, ao longo do ano

Técnicos do Centro de Saúde da Moita; Assistentes Operacionais; Alunos e respetivas famílias; Outros, de acordo com a atividade.

### 2. Objetivos do Projeto Educativo:

A1 - Melhorar o sucesso escolar e educativo  x

A2 - Assegurar as necessidades e interesses formativos dos alunos/formandos.  x

B1 - Promover um clima relacional propício ao desenvolvimento dos processos de ensino e aprendizagem de excelência e de parcerias proativas.  x

B2 - Fomentar o desenvolvimento integral dos alunos (a nível físico e mental) e a integração de valores e comportamentos indutes de cidadania e sustentabilidade.  x

C1 - Reforçar práticas de ensino-aprendizagem de qualidade que garantam a integração de todos os alunos e a redução de desigualdades.  x

C2 - Assumir práticas de cidadania e participar em projetos e ações, no Agrupamento e na comunidade, que visem a adoção de comportamentos individuais e coletivos, económica, social, tecnológica e ambientalmente responsáveis.  x

### 3. Objetivos específicos do projeto:

Projeto "... orientador na promoção e educação para a saúde, contribui para o desenvolvimento integral das crianças e jovens, tornando-os mais aptos para uma cidadania ativa e responsável". Identifica como prioritárias para intervenção as seguintes áreas:

- **Saúde Mental e Prevenção da Violência:** apoiar ações de sensibilização e de promoção da saúde mental; identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com saúde mental e violência; desenvolver a literacia emocional; desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças; promover uma intervenção continuada e baseada no conhecimento, em parceria com instituições competentes na matéria.

- **Educação Alimentar e Atividade Física (AF):** promover as "boas" práticas alimentares e o exercício físico adequado, como forma de prevenir a emergência de doenças do comportamento alimentar, tais como, diabetes, obesidade, doenças cardiovasculares, entre outras; promover a saúde oral; consciencializar para a importância dos hábitos de higiene pessoal; reconhecer a alimentação como um dos principais determinantes da saúde; reconhecer a escola como um espaço próprio para a promoção da alimentação saudável e adoção de comportamentos alimentares equilibrados; compreender como a prática de AF favorece o desenvolvimento integral do jovem.

- **Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD):** identificar e conhecer conceitos fundamentais no âmbito do fenómeno dos CAD; conhecer os efeitos, imediatos e a longo prazo, do tabaco, álcool e outras drogas na saúde; identificar as características e os tipos de substâncias psicoativas, SPA;

identificar fatores de risco e de proteção em relação às adições e dependências sem substância; prevenir os consumos em meio escolar, através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa.

- **Afetos e Educação para a Sexualidade:** desenvolver a consciência de ser uma pessoa única no que respeita à sexualidade, à identidade, à expressão de género e à orientação sexual; desenvolver uma atitude positiva no que respeita à igualdade de género; reconhecer a importância dos afetos no desenvolvimento individual; reconhecer a importância das relações interpessoais; desenvolver valores de respeito, tolerância e partilha; ser capaz de aceitar e integrar as mudanças físicas e emocionais associadas à sexualidade, ao longo da vida; reconhecer os direitos sexuais e reprodutivos como componente dos Direitos Humanos; contribuir para a redução de possíveis ocorrências negativas decorrentes dos comportamentos sexuais, como gravidez precoce e infeções sexualmente transmissíveis (IST).

#### **4. Recursos Humanos e Materiais:**

- Professora Teresa Osório (Coordenadora PES)
- Professora Sofia Gomes (Responsável Saúde Escolar da Esc. Básica D. Pedro II)
- Professora Rosa Martins (Coordenadora do GIAA)
- Psicóloga Dra. Ana Paula Laginha (SPO) e outros técnicos
- Centro de Saúde da Moita: ULS Arco Ribeirinho (Enfermeira Alcina Duarte)
- Gabinete PES/GIAA
- Comunidade Educativa
- Município da Moita
- Outras entidades
  
- E-mail do GIAA/PES: [giaa@aemoita.pt](mailto:giaa@aemoita.pt)
- Folhetos (informativos e outros)
- Consumíveis (fotocópias e outros)
- Computadores e internet
- Placards
- Auditório e outras salas

Implica horas de:

- Crédito horário? Sim  Não
- TE (Tempo de escola)? Sim  x Não
- ECD/artº 79? Sim  x Não

Implica custos para o Agrupamento? Sim  x Não

Outras observações:

Fotocópias e afins

#### **5. Disciplinas envolvidas:**

Várias, de acordo com o tema tratado nas atividades, os interesses/necessidades dos alunos/turmas e o horário disponível das entidades envolvidas.

#### **6. Destinatários:**

- Alunos da Escola Secundária da Moita, alunos da Escola Básica 2º e 3º Ciclos D. Pedro II;
- Professores;
- Pais/Encarregados de educação;
- Comunidade Educativa, em geral.

**7. Funcionamento** (duração / horário / tempos semanais):

Professora Teresa Osório: 2 tempos

Professora Sofia Gomes: 2 tempos

Professora Rosa Maria Martins: 8 tempos

Técnicos do Centro de Saúde da Moita: horário a definir pela Enfermeira da ULS

Horário flexível: de acordo com as marcações e a disponibilidade das docentes responsáveis

Psicóloga (gabinete SPO) - atendimento e apoio de acordo com a sua disponibilidade

**8. Divulgação:**

Página digital do Agrupamento de Escolas da Moita

Placard do SPO/PES no corredor central da E.S.M.

Placard do PES na sala de professores da Escola Básica D. Pedro II

Paddlet de Saúde

Gabinete PES/GIAA

Diretores de Turma

Alunos

SPO

<b>9. Atividades a Desenvolver</b> (especificar claramente as ações a desenvolver)	<b>Calendarização</b>	<b>População alvo</b>
Calendarização e coordenação de várias atividades, para dar cumprimento às 12 horas de formação em Educação para a Saúde	Ao longo do ano letivo	Comunidade educativa
Comemorações de efemérides no âmbito dos temas globais definidos	Ao longo do ano letivo	Comunidade educativa
Sessões/palestras de Educação para a Saúde (Nutrição, Saúde mental, Sexualidade, ...)	Ao longo do ano letivo	Comunidade educativa
Ações dinamizadas por entidades internas e/ou externas	Ao longo do ano letivo	Comunidade educativa
Outras atividades em colaboração com o Gabinete de Informação e Apoio ao Aluno da Escola Secundária	Ao longo do ano letivo	Comunidade educativa
Distribuição mensal de Kits de Higiene Menstrual (ME/DGS)	Ao longo do ano letivo	Alunas da ESM e 3º ciclo da D. Pedro II
Atividades a articular com a disciplina de cidadania e desenvolvimento	Ao longo do ano letivo	Comunidade Educativa

**10. Avaliação:**

No final do ano letivo, após concretização das atividades planificadas e com base na observação direta (participação, envolvimento, interesse, reações e comentários); em registo de monitorização; na aplicação de questionários para recolha de opiniões; caixa de sugestões (de incentivo à partilha de ideias e preocupações, anónimas ou identificadas, que contribuam para a adaptação e melhoria das ações do projeto); no relatório final de reflexão crítica.

A Coordenadora/Responsável

Teresa Osório/ Sofia Gomes

Aprovado em Conselho Pedagógico / Diretor 012/11/2025