

# Projeto de Promoção e Educação para a Saúde e Sexualidade



## Equipa PES:

- Fátima Régio (Coordenadora);
- Anabela Santos (3º Ciclo)
- Helena Pereira (3º Ciclo);
- Lurdes Afonso (Pré-escolar);
- Susana Fernandes (1º Ciclo);
- Sónia Pereira (Psicóloga);
- Mafalda Brandão (Assist. Social)

# Ser responsável... Crescer Saudável!



**“ Um programa de saúde escolar efetivo... É o investimento de custo-benefício mais eficaz que um país pode fazer para melhorar, simultaneamente, a educação e a saúde.”**

(Gro Harlem Brundtland, Diretora-Geral da OMS. Abril 2000)



## Índice

1- Enquadramento teórico:.....	4
2- Breve Caracterização do Agrupamento:.....	7
3- Identificação do Problema:.....	7
4- Barreiras:.....	9
5- Recursos/ Sinergias.....	10
6- Finalidade:.....	12
7- Competências:.....	12
8- Metodologia de Trabalho:.....	14
9- Propostas de Atividades:.....	15
10- Avaliação:.....	16
11. Enquadramento Legal/ Documental:.....	17



*“Todas as flores do futuro estão nas sementes de hoje.”*

(Provérbio Chinês)

## **1- Inquadramento teórico:**

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 perspetiva, a Educação para a Saúde deve ter como finalidade a preservação da saúde individual e coletiva.

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 seu bem-estar físico, social e mental.

A ausência de informação incapacita e/ou dificulta a tomada de decisão. Daí, a importância da abordagem da Educação para a Saúde em meio escolar.

A educação para a saúde foi sempre assumida pelo nosso agrupamento como uma das suas missões fundamentais. Ao longo dos últimos anos, vários diplomas legislativos vieram conferir maior formalidade a este trabalho. O presente projeto tem por base o Referencial de Educação para a Saúde homologado por despacho de 16 de maio de 2017 o qual define como temas globais:

- **Saúde mental e prevenção da violência;**
- **Educação Alimentar;**
- **Atividade Física;**
- **Comportamentos Aditivos e Dependências;**
- **Afetos e educação para a Sexualidade.**

Em matéria de **Saúde Mental** existem múltiplas razões para que se invista atualmente no desenvolvimento de ações eficazes e concertadas, privilegiando a intervenção precoce, focada nos aspetos preventivos e orientada para o diálogo interdisciplinar. A literacia sobre a saúde mental é, pois, uma prioridade e neste sentido, identificar e compreender os problemas que habitualmente ocorrem a crianças e jovens é, já em si uma medida de promoção e de prevenção.

A saúde mental deve ser entendida numa vertente adaptativa do desenvolvimento e do comportamento, contextualizando o seu valor de Comunicação e de Relação. Tendo por base a convicção de que todos somos capazes de adquirir competências e desenvolver capacidades para



a **prevenção da violência**, de uma forma positiva e criativa, através do diálogo, ao trabalhar com valores como o reconhecimento e a responsabilidade, ao permitir a legitimação e a resolução de problemas com base na cooperação, diminuindo os níveis de tensão produzidos com o conflito, a autoridade não é ameaçada mas antes legitimada e reconhecida. O processo de transformação e resolução de litígios proporciona aos alunos um conjunto de aptidões para que possam enfrentar de forma positiva e eficaz, no futuro, as situações e desafios da vida quotidiana.

Uma escola promotora de saúde não se pode alhear deste problema e deve promover a aprendizagem da gestão e resolução de conflitos, o desenvolvimento da capacidade de tomar decisões, de comunicar de forma positiva e eficaz, de gerar empatia, de estabelecer e manter relações interpessoais, de utilizar as emoções de forma adequada, de utilizar o pensamento crítico e criativo na resolução de problemas.

Relativamente à **Educação Alimentar** não basta termos acesso aos alimentos, é necessário saber escolhê-los de modo a realizar uma alimentação saudável e equilibrada.

Portugal tem uma tradição ligada à alimentação da dieta mediterrânica, sendo esta considerada protetora de muitas doenças, que são atualmente causa das elevadas taxas de morbilidade e mortalidade nos países desenvolvidos. No entanto, nos últimos anos a população portuguesa, principalmente os jovens, têm vindo a abandonar progressivamente a dieta mediterrânica, adquirindo novos hábitos alimentares. As refeições tradicionais, fonte de equilíbrio e de satisfação, dão progressivamente lugar a refeições desestruturadas e associadas a um “petiscar”, normalmente bastante açucarado e “gordo”.

As carências nutricionais ou os desequilíbrios que estes erros alimentares proporcionam podem estar muitas vezes relacionados com dificuldades de atenção/concentração, refletindo-se num insuficiente rendimento escolar.

A conjugação de uma ingestão alimentar de má qualidade com níveis de **atividade física** reduzida, ainda acrescida de um agravamento nas desigualdades socioeconómicas, contribui para uma elevada prevalência da obesidade e de doenças associadas.

No que respeita ao consumo de **Substâncias Psicoativas e outros Comportamentos Aditivos e Dependências (CAD)**, constata-se que alguns jovens adotam comportamentos de risco tais como fumar, consumir álcool ou outras substâncias psicoativas, então encontramos-nos perante um problema grave face aos dias que hão de vir para esses jovens e para o futuro da sociedade. Não há respostas fáceis nem soluções mágicas que evitem ou minimizem o risco de que tal



aconteça. Dotar os jovens de “ferramentas” que lhes possibilitem escolher por si próprios estilos de vida saudáveis, continua a ser a melhor forma de lidar com a situação.

A intervenção preventiva em meio escolar é da maior importância. O contexto escolar é frequentado por um grande número de jovens que, na sua esmagadora maioria, não consomem essas substâncias, mas que têm necessidade de ser informados sobre os riscos da sua eventual utilização. Uma informação bem fundamentada do ponto de vista técnico e científico deve ser facultada e discutida com todos eles, privilegiando-se um discurso dissuasivo face ao seu uso.

A escola é um dos contextos onde muitos jovens passam grande parte do seu tempo, mas é importante não esquecer que estes frequentam outros espaços onde são confrontados com situações que os desafiam. É importante que estejam capacitados para responder e agir de forma a salvaguardarem estilos de vida saudáveis. A escola constitui, sem dúvida, um excelente espaço de reflexão sobre os seus percursos de vida e sobre as melhores opções a tomar (João Castel-Branco Goulão, Presidente do Conselho Diretivo do IDT, 2007).

No que concerne aos **Afetos e Educação para a Sexualidade**, sendo a Escola um lugar habitado por crianças e jovens, cujas idades são atravessadas pelos fenómenos de transformação corporal e psicológica ligados ao crescimento natural, é nela que se vivem alguns dos primeiros e mais impressionantes sentimentos e emoções decorrentes do desenvolvimento sexual. A sexualidade é vivida pelas crianças e jovens de formas diversas, de acordo com a vivência familiar, escolar e enquadramento socioeconómico. Nos vários ambientes que a escola proporciona os alunos experimentam a sua sexualidade, quer seja nas suas brincadeiras, no estudo e nos namoros, mas também na relação com os docentes e trabalhadores da escola. Ela está presente nas conversas, nos jogos, nas quezílias, mas também nos conhecimentos científicos.

A educação para a sexualidade, para ter os resultados desejáveis, a sua abordagem não pode estar confinada a uma “disciplina”, terá de dirigir-se à escola como um todo, penetrar em todos os seus ambientes, envolver todos os seus membros, aproveitar todos os momentos para, através de acontecimentos emocionais estruturados, construir modelos que promovam os valores e os direitos sexuais, sobre os quais os jovens possam desenvolver a sua própria identidade e o respeito para com os outros.

A sexualidade suporta afetos, que se manifestam sob a forma de emoções, sentimentos e paixões, acompanhados sempre da impressão de dor ou prazer, de satisfação ou insatisfação, de agrado ou desagradado, de alegria ou tristeza. Existe uma vida afetiva que permanentemente nos faz aceitar ou rejeitar um acontecimento, um contexto, uma pessoa ou até um espaço. Cuidar dos



afetos na escola assume uma importância significativa pois, depende das ligações afetivas, positivas ou negativas, uma melhor ou pior aprendizagem, relações interpessoais mais ou menos satisfatórias e em consequência atitudes e comportamentos mais ou menos positivos. Desenvolver os afetos na escola será uma alavanca importante para o sucesso escolar dos seus alunos.

Na sequência das orientações curriculares para o desenvolvimento da área transversal da educação para a saúde, e tendo por base os resultados bastante positivos decorrentes da avaliação do projeto desenvolvido na escola ao longo do tempo, assim como, a motivação por parte da equipa PES para dar continuidade ao projeto, considerou-se que se deveriam manter os temas globais, assegurados pelas atividades propostas para integrar o Plano Plurianual de Atividades do Agrupamento para o quadriénio 2018/2022. Salienta-se que o projeto poderá sofrer reformulações sempre que se considerar benéfico.

## ***2 - Breve Caracterização do Agrupamento:***

O Agrupamento de Escolas de Pinhal de Frades situa-se no Concelho do Seixal, distrito de Setúbal. É constituído por cinco escolas que se distribuem pela União de Freguesias do Seixal, Arrentela e Aldeia de Paio Pires e pela freguesia de Fernão Ferro.

Em termos de localização e de estruturas físicas são espaços completamente distintos, oferecendo à sua comunidade educativa diferenças marcantes. Como tal estabeleceram-se prioridades de atuação conforme as exigências de cada escola do Agrupamento que se encontram consubstanciadas no Projeto Educativo de Agrupamento. A população escolar tem as suas características específicas o que obriga a usar metodologias e orientações diferenciadas.

## ***3- Identificação do Problema:***

Atendendo à população alvo da nossa escola e aos recursos de que a mesma dispõe considerou-se que os problemas diagnosticados se faziam sentir essencialmente ao nível da adolescência / sexualidade / prevenção de comportamentos de risco / prevenção contra infeções sexualmente transmissíveis / métodos contraceptivos / gravidez na adolescência/ violência no namoro/ alimentação e atividade física/ saúde mental e prevenção da violência.



Os alunos de uma forma geral já estão habituados a receber o apoio de adultos relativamente às dúvidas sobre a sexualidade na escola, no sentido de se sentirem mais preparados aquando da transição para uma fase da vida tão conturbada, como é a adolescência. Alguns alunos, contrariamente ao que tentamos preconizar, iniciam a sua vida sexual ainda muito jovens, daí precisarem de orientação. Ocorrem também casos de alunas que fazem um uso abusivo da pílula do dia seguinte, sem saberem as consequências para a sua saúde, optando por ter relações sexuais desprotegidas. Também já foram identificados casos de violência no namoro.

Nos últimos anos tem-se assistido a um crescimento de problemas no seio das famílias, com alguns casos de violência doméstica, que levam os jovens a sentirem-se deprimidos e com falta de autoestima, procurando chamar a atenção através de comportamentos violentos, automutilações e tentativas de suicídio. Também se têm verificado várias situações de *bullying* e *cyberbullying*.

Por outro lado, os nossos alunos, na sua maioria praticam pouco exercício físico e não adotam uma alimentação equilibrada, uma vez que recorrem diariamente à ingestão de “fast food” e de doces em quantidades excessivas (nos estabelecimentos comerciais em frente à escola). Consequentemente, já se identificam alguns casos de obesidade. Também existem alguns casos de anorexia/bulimia, em algumas situações em que os alunos exibem um peso muito abaixo do normal e recorrem a dietas alimentares não controladas. Estes comportamentos geralmente repercutem-se nas aulas, manifestando-se através de indisposições, desmaios, falta de concentração, hiperatividade, traduzindo-se, em última instância, num fraco rendimento escolar.

Embora não sejam problemas tão prementes, ao longo deste quadriénio, também tratamos de questões relacionadas com a higiene e intervir ao nível do consumo de bebidas alcoólicas/tabaco e outras substâncias psicoativas.

No âmbito da Promoção e Educação para a Saúde e Sexualidade funciona o Gabinete de Apoio ao Aluno, na sala B14 – SOS (Saúde, Orientação e Sexualidade), são elaborados os Projetos de Educação Sexual de Turma dos três ciclos (Anexo I) e a garante-se a articulação curricular dos temas globais constantes no Referencial de Educação para a Saúde (Anexo II).

Este projeto envolve naturalmente toda a comunidade educativa, nomeadamente a Direção do Agrupamento, o Conselho Pedagógico, o Conselho Geral, os Departamentos Curriculares /Coordenadores do 1º ciclo/docentes do 1º ciclo, os Diretores de Turma, a Equipa de Cidadania e Desenvolvimento, os Conselhos de Encarregados de Educação, os Assistentes Operacionais e Administrativos, a Associação de Pais e Encarregados de Educação, a Equipa da Biblioteca Escolar, a Equipa dos Quadros de Excelência e Valor, a Equipa do Programa de Literacia da



Informação (PLI), o Clube do Bem-Estar, a Equipa da *Newsletter* do Agrupamento, a Brigada *Solidarius*, o Coordenador da Segurança Escolar, os docentes de Educação Especial, a Psicóloga Sónia Pereira, Assistente Social Mafalda Brandão, a equipa EMAEI, e obviamente os alunos, assim como, várias entidades apoiantes exteriores à escola. A equipa PES vai procurar, em articulação com todos os colaboradores efetuar uma intervenção educativa, médica e social.

#### **4- Barreiras:**

A implementação de qualquer projeto depara-se com obstáculos que de alguma forma podem condicionar o seu desenvolvimento.

Considera-se que as principais barreiras são:

- a publicidade, por influenciar a nossa perceção sobre a autoestima;
- o comércio envolvente, pela oferta de produtos pouco saudáveis;
- pressão dos pares/colegas, pela influência direta que estes podem exercer;
- hábitos alimentares e tradições das famílias;
- falta de tempo e disponibilidade;
- falta de flexibilidade face à mudança por parte das escolas;
- custos implicados;
- dificuldade no estabelecimento de parcerias e protocolos;
- falta de recursos humanos;
- a falta de uma área de oferta complementar de escola integrada no currículo dos alunos para serem trabalhados projetos direcionados para a Promoção e Educação para a Saúde e Sexualidade;
- dificuldade em motivar/sensibilizar os docentes e alunos a recorrerem ao gabinete de atendimento ao aluno (SOS);
- a reduzida carga horária ao nível do atendimento ao aluno por parte da Enfermeira da UCC do Seixal;
- falta de formação para docentes na área da Educação Sexual;
- falta de crédito horário para a Equipa PES implementar o Projeto;
- reduzido número de elementos da Equipa PES.



## **5-Recursos/Sinergias**

### **Recursos Humanos:**

- O envolvimento da maior parte dos alunos do agrupamento, respetivos Encarregados de Educação e Associação de Pais e Encarregados de Educação;
- Diretores de Turma, pois lecionam a área de oferta complementar de SER+;
- Equipa de Cidadania e Desenvolvimento;
- Parceria com a Unidade de Cuidados com a Comunidade do Seixal (UCC do Seixal)- Enfermeira Fernanda Pena;
- Farmácia / Clínica de Pinhal de Frades;
- Parcerias com a Câmara Municipal do Seixal (Gabinete Seixal Saudável e Gabinete da Saúde), as propostas de apoio à escola através da candidatura ao Projeto Educativo Municipal- PEM;
- Técnica de Higiene Oral do Centro de Saúde Amora e Seixal – Dr.ª Ana Mestre;
- Cooperativa de Solidariedade Social – C.R.L.- Seixal: “Pelo Sonho é que Vamos”;
- Escola Superior de Enfermagem de Lisboa;
- Parceria com a Fundação Portuguesa de Cardiologia;
- (APF) Associação para o Planeamento da Família;
- Direção Regional de Educação;
- Liga Portuguesa Contra o Cancro;
- Instituto da Droga e Toxicodependência (IDT);
- Instituto de Apoio à Criança (IAC);
- “Saúde 24”;
- Coordenação Nacional para a Infecção VIH/sida;
- Programa Educativo “Diário 14/18 Johnson & Johnson”;
- Instituto Português do Sangue;
- Companhia de Teatro Maria Paulos;
- Instituto Português do desporto e da Juventude (IPJ) – Programa Cuida-te;
- Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge;
- Ministério da Saúde através da Direção-Geral de Saúde;



- Ministério da Educação;
- Ordem dos Farmacêuticos.

### **Recursos Materiais:**

➤ Material de desgaste: fotocópias / impressões a cores, cartolinas (cores variadas, com desenhos diversos, lisas e enrugadas, papel de cenário, tintas, pincéis, papel crepe, canetas, lápis de carvão, canetas e lápis de cores, tesouras, papel de fotografia, resma de papel A4, folhas de papel A4 de cores, papel A3, cartolinas A3 e A4 de cores, papel vegetal, esponjas, flanelas, borrachas, envelopes, pioneses, pasta adesiva, *placards*, cola, papel *conqueror*, fita de cetim vermelha, furador, agrafador, *spray's* de cores, plastificações, placas de madeira, corticite, *dossiers*, alimentos, equipamentos de cozinha, taças, copos, talheres e pratos de cozinha de plástico, guardanapos de papel, rolo de papel de cozinha, aventais, chapéus de cozinheiro, toalhas de mesa de tecido e de papel...

- Projetor e Computador / computador portátil;
- Sala B14
- Ligação à internet;
- *Pendrive*, CD's e Disco rígido;
- Impressora / tinteiros;
- Auditório;
- Biblioteca;
- Câmara de filmar e fotográfica;
- Folhetos, livros, enciclopédias, filmes em DVD;
- Materiais interativos – multimédia
- Jogos;
- Balanças;
- Medidores de tensão arterial;
- Aparelho medidor da glicémia, colesterol...
- Aparelhos para a prática de exercício físico (bicicleta...),
- Materiais para o Gabinete SOS...

Os apoios fornecidos pelas diferentes entidades podem ser de carácter financeiro, logístico, ou de carácter humano. Como exemplo: disponibilidade em termos de transporte que a Câmara



Municipal pode fornecer; apoio de profissionais de saúde cedido pelo centro de saúde; cooperação com entidades como a Fundação Portuguesa de Cardiologia /APF/ CNI (HIV/sida) no sentido destas enviarem material informativo, entre outros...

## **6- Finalidade:**

**Criar condições para que os alunos desenvolvam plenamente as suas potencialidades ou “empowerment”, adquirindo competências para realizarem escolhas saudáveis (Loureiro, 2004).**

## **7- Competências:**

**Pretende-se desenvolver competências nos nossos alunos ao nível do SABER SER, SABER ESTAR e SABER FAZER:**

- ☉ Dinamizar atividades promotoras de saúde;
- ☉ Promover a articulação transversal dos temas envolvendo toda a comunidade educativa;
- ☉ Compreender que a saúde é um direito de todos e uma dimensão essencial do crescimento e desenvolvimento humano;
- ☉ Compreender que a saúde e a qualidade de vida implicam uma relação connosco, com outros e com o ambiente;
- ☉ Reconhecer que opções de vida prejudiciais provocam o desequilíbrio do organismo e conduzem, geralmente ao aparecimento de doenças;
- ☉ Desenvolver uma atitude preventiva em matéria de saúde / comportamentos de risco;
- ☉ Constatar que o exercício físico adequado, a higiene e a alimentação equilibrada são opções de vida saudáveis;
- ☉ Reconhecer a importância de adotar regras de higiene como atitude promotora da saúde individual e comunitária;
- ☉ Identificar hábitos alimentares incorretos;
- ☉ Motivar para uma alimentação saudável;



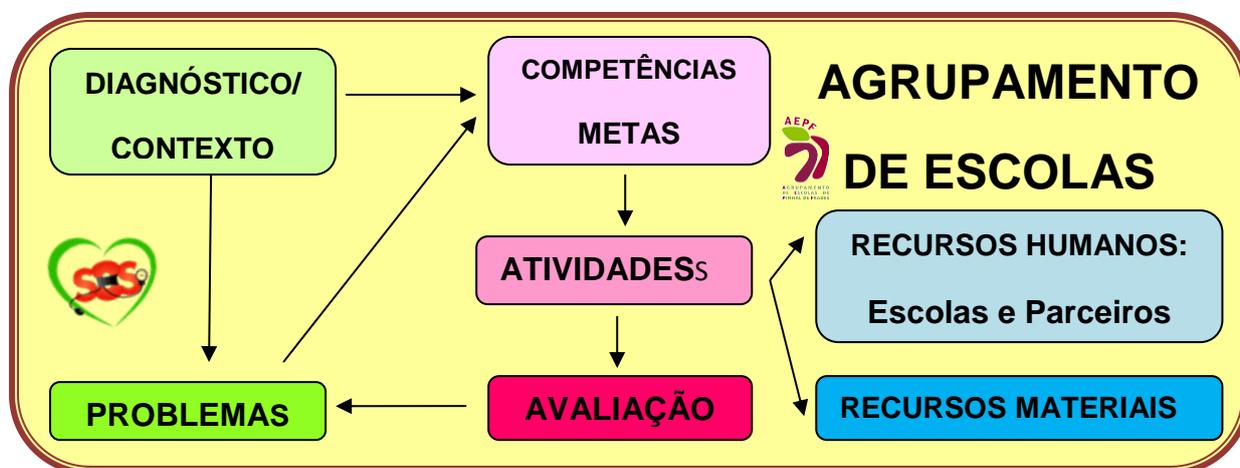
- ☉ Relacionar a alimentação com as necessidades individuais;
- ☉ Compreender os mecanismos de prevenção dos desequilíbrios e distúrbios alimentares;
- ☉ Sensibilizar os Encarregados de Educação, para práticas de alimentação saudável e para a importância educativa da colaboração escola-família;
- ☉ Fornecer informação adequada que permita aos alunos estabelecer objetivos pessoais, planearem e organizarem mudanças nos seus hábitos alimentares,
- ☉ Desenvolver no aluno a capacidade de influenciar os hábitos alimentares da comunidade em que se insere;
- ☉ Desenvolver o autoconhecimento e a autoestima;
- ☉ Desenvolver a capacidade de comunicação;
- ☉ Esclarecer dúvidas que se insiram dentro da esfera de interesses manifestadas pelos jovens;
- ☉ Promover o convívio com outros jovens e/ou crianças e a troca de experiências;
- ☉ Promover a criatividade, cooperação, sociabilidade, amizade, autonomia e espírito de solidariedade;
- ☉ Ajudar os adolescentes a tomarem consciência da sua posição perante situações concretas de risco;
- ☉ Promover a reflexão envolvendo sentimentos de proteção contra o risco, de liberdade, de segurança e de bem-estar pessoal e social;
- ☉ Consciencializar para a gravidade de certos comportamentos de risco, procurando educar o jovem, de modo a que este sinta necessidade de modificar as suas atitudes e de adotar comportamentos corretos;
- ☉ Inculcar o espírito crítico desenvolvendo a capacidade de tomar decisões responsáveis;
- ☉ Desenvolver a capacidade de afirmação progressiva de si próprio, interiorizando várias etapas, que promovam a firmeza de carácter, nomeadamente, a dizer não a um pedido;
- ☉ Reconhecer o perigo das Infecções Sexualmente Transmissíveis para a saúde pública;
- ☉ Conhecer algumas Infecções Sexualmente Transmissíveis e o seu modo de propagação;
- ☉ Consciencializar para que os meios de prevenção envolvem um certo custo físico, psíquico e social;
- ☉ Reconhecer a importância do planeamento familiar como uma atitude promotora da saúde individual e comunitária;
- ☉ Prevenir o consumo de substâncias psicoativas em meio escolar;
- ☉ Identificar / atenuar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência;

- ☉ Desenvolver capacidade para o jovem identificar apoios e pedir ajuda quando necessário.

## 8. Metodologia de Trabalho:

O Projeto de Educação para a Saúde e Sexualidade enquadra-se no **Projeto Educativo de Agrupamento**. Será desenvolvido ao longo do quadriénio, numa perspetiva interdisciplinar e transversal. A equipa PES conta com a colaboração dos Conselhos de Turma e as atividades desenvolvidas devem fazer parte dos projetos curriculares de turma. Algumas dessas atividades são dinamizadas pela equipa PES e por vezes desenvolvidas nas aulas de SER<sup>+</sup> e de Cidadania e Desenvolvimento. As atividades serão adequadas aos diferentes níveis etários dos alunos e procurar-se-á envolver, sempre que possível, a comunidade educativa. As atividades relacionadas com a prática de exercício físico estão asseguradas pelos docentes que lecionam a disciplina de Educação Física e pelo Coordenador do Desporto Escolar.

Eis o desenho do Projeto tendo em conta a nossa metodologia de trabalho.



O desenvolvimento do projeto decorrerá em várias vertentes, a saber:

- Na proposta às turmas para que desenvolvam projetos relacionados com Saúde Mental e Prevenção da Violência, Educação Alimentar, Atividade Física, Comportamentos Aditivos e Dependências, Afetos e Educação para a Sexualidade no acompanhamento dos alunos e dos docentes durante a planificação e implementação desses projetos;



- Na dinamização de atividades que envolvam toda a comunidade educativa, procurando fazer uma abordagem transversal da Educação para a Saúde e Sexualidade na Escola;
- Na articulação do trabalho que desenvolvemos com a equipa da UCC do Seixal, nomeadamente com a Enfermeira Fernanda Pena, no que respeita a ações de sensibilização promovidas junto dos alunos/assistentes operacionais/professores; no encaminhamento/referenciação de casos de alunos que necessitam do acompanhamento de um médico de uma dada especialidade, no esclarecimento de dúvidas que os alunos colocam nas aulas de Cidadania e Desenvolvimento e de SER;
- Estabelecendo um elo de ligação entre os Diretores de Turma/ SPO;
- Através de atividades articuladas com os nossos parceiros, nomeadamente, com a Clínica/Farmácia de Pinhal de Frades, Autarquia, Técnica de Higiene Oral do Centro de Saúde Amora e Seixal – Dr.<sup>a</sup> Ana Mestre, entre outros...
- Na articulação do trabalho com entidades exteriores à escola que solicitem a nossa colaboração, caso se enquadre no nosso projeto e tenhamos capacidade de resposta;
- Na divulgação, sensibilização, gestão e monitorização do Gabinete SOS em articulação com a Associação de Pais e Encarregados de Educação, os Diretores de Turma, a Enfermeira Fernanda Pena da UCC do Seixal;
- No cumprimento das atividades constantes do Plano Anual de Atividades do Agrupamento;
- Na gestão/orientação/formação/monitorização/apoio à implementação dos Projetos de Educação Sexual de Turma;
- Na atualização do portefólio de propostas de atividades na plataforma Moodle, que serve de apoio à elaboração e implementação dos Projetos de Educação Sexual de Turma;
- Na promoção de *workshops* dirigidos aos Encarregados de Educação;
- Através da manutenção de um *Blog* PES e uma página do *Facebook*;
- Na dinamização do Clube do Bem-Estar.

## ***9- Propostas de Atividades:***

A equipa PES considera que as atividades a desenvolver no próximo quadriénio, devem estar enquadradas na metodologia de trabalho escolhida, assim, devem ser flexíveis, para que



possam adequar-se à faixa etária dos alunos e também de forma a irem de encontro aos seus interesses.

Os docentes envolvidos farão a gestão do tempo, equacionando todas as variáveis que se apresentam à especificidade das pessoas, contextos, estratégias e recursos tanto materiais como humanos disponíveis e parcerias com entidades exteriores à escola.

Por conseguinte, aconselha-se a consulta do plano anual de atividades PES que se encontra na plataforma Moodle do agrupamento (GARE), para um melhor esclarecimento sobre as propostas de atividades.

## **10. Avaliação:**

### **Avaliação intermédia:**

- preenchimento de questionários que permitam avaliar o grau de participação/satisfação de todos os intervenientes;

- Com base nos resultados destes questionários, reformular e/ou reajustar estratégias para a prossecução das competências anteriormente definidos.

### **Avaliação final:**

- Relação entre as atividades propostas e as atividades realizadas;

- Avaliação da participação dos alunos e dos encarregados de educação nas atividades desenvolvidas;

- Avaliação pelos diferentes intervenientes, das atividades realizadas;

- Preenchimento pelos Coordenadores do Projeto de Educação Sexual das turmas de um questionário, que posteriormente é tratado estatisticamente;

- Analisar quais os aspetos menos conseguidos no sentido de reformulação de futuras atuações.



## ***11. Enquadramento Legal/ Documental:***

- Lei nº 14/86, de 14 de outubro – Lei de Bases do Sistema Educativo;
- Despacho nº 2506/2007, de 20 de fevereiro – Sobre a designação do Professor Coordenador da Educação para a Saúde, em cada Agrupamento / Escola;
- Lei nº 60/2009, de 6 de agosto de 2009; Portaria nº 196-A/2010, de 9 de abril, procede à regulamentação da Lei n.º 60/2009, de 6 de agosto, nas matérias e nos termos nela previstos;
- Referencial de Educação para a Saúde e Sexualidade - Despacho de 16 de maio de 2017.

Pinhal de Frades, de 13 março de 2019

A Equipa de Promoção e Educação para a Saúde e Sexualidade (PES):

***Fátima Régio;***  
***Anabela Santos;***  
***Helena Pereira;***  
***Lurdes Bastardo;***  
***Susana Fernandes;***  
***Sónia Pereira;***  
***Mafalda Brandão.***