

escola secundária senhora da hora	escola secundária senhora da hora
escola secundária senhora da hora	escola secundária senhora da hora

escola secundária senhora da hora

Escola Secundária da Senhora da hora

Relatório de Actividades 2008/2009 Clube de Educação para a Saúde

1. Reuniões Efectuadas

1.1. Reunião no Centro de Saúde da Senhora da Hora (Equipa de Saúde Escolar) efectuada a 8 de Setembro de 2008.

Propostas do Centro de Saúde:

“Encontro inter-escolas – estilos de vida saudáveis” entre os dias 20 a 24 de Abril entre as 9h30 e as 18h.

Actividades que se podem apresentar:

- mostra de trabalhos
- debates
- peças de teatro
- apresentação de projectos em curso nas escolas
- ...

Camioneta da Câmara – entre as 9h e as 17h (autarquia assegura horas extraordinárias)

23 de Abril – Apresentação dos projectos das escolas (a partir das 15h) – “Os nossos projectos”

Até 31 de Outubro, indicar as actividades de cada escola.

1.2. Reunião com os Directores de Turma do Ensino Básico Efectuada a 12 de Setembro de 2008

Propostas apresentadas aos Directores de Turma:

7º Ano – Alimentação saudável. Possibilidade de adesão ao programa “Apetece-me” da Nestlé. Decoração do bar dos alunos e refeitório escolar com a colaboração das disciplinas de Educação Visual e Educação Tecnológica

8º Ano – Projecto Daphnia (Prevenir o consumo de substâncias psico-activas)
Acção de formação sobre protectores solares.

9º Ano – Acção de formação: Métodos Contraceptivos – Ministrado pelo Centro de Saúde (Equipa de Saúde Escolar)
Jogo da Sida.

Foi efectuada a divulgação da Semana da Saúde (Encontro Inter-escolas) a decorrer na Câmara Municipal de Matosinhos (de 20 a 23 de Abril) e do Dia da Saúde da nossa escola (21 de Abril).

1.3. Reunião no Centro de Saúde da Senhora da Hora (Equipa de Saúde Escolar) Realizada a 26 de Setembro de 2008

Foram agendadas as seguintes actividades:

9º Ano – Acção de formação para cada uma das turmas: Métodos Contraceptivos (Janeiro de 2008)

12º Ano (Turmas A, B, C e D) – Acção de formação: Métodos Contraceptivos (Outubro de 2008)

1.4. Reunião no Centro de Saúde da Senhora da Hora (Equipa de Saúde Escolar) Efectuada a 12 de Novembro de 2008

Foram planificadas as actividades a dinamizar no encontro interescolas. A apresentação dos projectos de educação para a saúde dinamizados nas escolas decorrerá no dia 23 de Abril.

1.5. Reunião com os Directores de Turma dos 10º anos e professores de Filosofia com o Enfº Jorge Cadete e Enfª Graça. Efectuada a 12 de Novembro de 2008

Foi planificada a actividade a desenvolver para as turmas do 10º ano (turmas A, B, C, D, E, F e G). Assim, cada turma terá uma primeira sessão teórica e uma sessão de debate a decorrer nas aulas de filosofia. No final destas actividades os alunos serão convidados a participar num concurso “O melhor poster – Por uma Vida sem Substâncias Psico-activas”

1.6. Reunião no Centro de Saúde da Senhora da Hora (Equipa de Saúde Escolar – nutricionista Dra Maria Ana). Efectuada a 19 de Novembro de 2008

Foi analisada a oferta de produtos alimentares à venda na escola nas máquinas de venda automática. Propõe-se algumas alterações nomeadamente a inclusão de barras de cereais (não incluindo chocolate), uma menor variedade de chocolates e a não introdução de fatias de bolo. Relativamente às bebidas, deverão ser apenas vendidos sumos e néctares bem como águas não aromatizadas.

1.7. Reunião com o P.I.A.C. (Projecto Integrado de Apoio Comunitário) – Av. Da Boavista - Porto Efectuada a 17 de Dezembro de 2008

Estiveram presentes os seguintes elementos: Dra. Albina Sousa, Professor Dr. Jorge Negreiros, Enfº Jorge Cadete, Enfª Filipa, Enfª Graça, Estagiária de psicologia Liliana Rosário e o Dr. Pedro Soares.

Foi efectuada a planificação das actividades a desenvolver com as turmas do 10º ano. Foram incluídas mais duas turmas dos Cursos Profissionais.

1.8. Sessão de Informação/Formação sobre o tema “Prevenção do Consumo de Substâncias Psicoactivas” realizada a 21 de Janeiro.

Esta sessão foi destinada a Pais e Encarregados de Educação dos alunos do 10º ano. Presidiram à sessão o P.I.A.C, a Equipa de Saúde Escolar do Centro de Saúde da Senhora da Hora e o Professor Doutor Jorge negreiros da Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto.

Estiveram presentes apenas 15 encarregados de educação.

1.9. Reunião no Centro de Saúde da Senhora da Hora (Equipa de Saúde Escolar) Realizada a 27 de Janeiro 2009

Foram planificadas as actividades a dinamizar no encontro inter-escolas. Foi proposto o adiamento para a semana seguinte. Foi efectuada a calendarização das actividades propostas por cada uma das escolas.

1.10. Reunião na Unidade Local de Saúde de Matosinhos (Equipas de Saúde Escolar do Concelho) Realizada a 18 de Março 2009.

Foram planificadas as actividades a desenvolver na semana do Encontro Inter-escolas. As diferentes escolas participantes apresentaram as actividades a efectuar. Foram calendarizadas as apresentações das escolas no Workshop.

Actividades realizadas na escola

1º Período

Actividade	Data	Destinatários	Formador	Duração da Actividade
Acção de Formação “Alimentação Saudável e Estilos de Vida”	16 de Outubro	Todos os alunos do 9º ano	Professora Doutora Raquel Silva	45 minutos

2º Período

Actividade	Data	Destinatários	Formador	Duração da Actividade
Acção de Formação: “Publicidade enganosa – a pressão sobre as nossas escolhas”	7 e 14 de Janeiro	Todos os alunos do 11º ano	DECOJovem – Paulo Lima	90 minutos
Acção de Formação: “Estilos de Vida Saudáveis”	6, 8 e 9 de Janeiro	Todos os alunos do 8º ano	Instituto Português do Sangue	90 minutos
Acção de Formação: “Alimentação Saudável e Estilos de Vida”	12 e 13 de Janeiro	Todos os alunos do 7º ano	Farmácia Ferreira da Silva	45 minutos
Acção de Formação: “Métodos Contraceptivos”	12, 15, 16, 19, 23 de Janeiro	Todos os alunos do 9º ano	Enfª Graça Fonseca – Equipa de Saúde Escolas Centro de Saúde da Senhora da Hora	90 minutos
Actividade Jogo da SIDA (Prevenção de DST)	22, 26, 29 e 30 de Janeiro	Todos os alunos do 9º ano	Beatriz Cunha e Helena Melo	45 minutos

		ano		
Actividade Prevenção do Consumo de Substâncias Psico-activas (1ª Sessão)	2 a 6 de Março	10º Ano A, B, C, D, E, F, G e CP1ºB e 11º CP2ºB	Projecto de Intervenção de Apoio à Comunidade, Centro de Saúde da Senhora da Hora e Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto	90 minutos
Actividade Prevenção do Consumo de Substâncias Psico-activas (2ª Sessão)	16 a 20 de Março	10º Ano A, B, C, D, E, F, G e CP1ºB e 11º CP2ºB	Projecto de Intervenção de Apoio à Comunidade, Centro de Saúde da Senhora da Hora e Faculdade de Psicologia da Universidade do Porto	90 minutos

3º Período

21 de Abril – Dia da Saúde

Actividade	Destinatários	Responsável	Duração da Actividade
Apresentação do Projecto Daphnias	Todos os alunos do 9º ano	Professora Ana Moura	45 minutos
Medir a Pegada Ecológica	Todos os alunos do 8º ano	Alunos do 12º B	45 minutos
Rastreio Bioquímico, Medição do IMC e aconselhamento alimentar	Comunidade Escolar	Farmácia Ferreira da Silva	
Dádiva de Sangue	Comunidade Escolar	Instituto Português do Sangue	
Rastreio Oftalmológico	Comunidade Escolar	MultiÓpticas	
Oferta de Fruta	Comunidade Escolar	Associação de Pais e Encarregados de Educação ESSH	
Apresentação de trabalhos dos alunos (Recolha de embalagens de medicamentos; venda de plantas aromáticas; poluição atmosférica e saúde; seguindo a corrente do Leça; utilização de forno solar; importância da reciclagem)	Comunidade Escolar	Professores de Área de Projecto do 12º ano	
Melhorar o ambiente alimentar do bar dos alunos	Comunidade Escolar	Professores de Educação Tecnológica	

Encontro Inter-escolas (de 20 a 23 de Abril) – Câmara Municipal de Matosinhos

Actividade	Data	Responsável
Exposição de trabalhos efectuados pelos alunos	De 20 a 23 de Abril	Professora Helena Costa e Silva
Actividade de Representação – Estátuas Vivas	21 de Abril	Professor Manuel Neiva
Apresentação Projecto Daphnias	22 de Abril	Professoras Ana Moura e Madalena Oliveira
Apresentação em Workshop – Actividades desenvolvidas na escola no âmbito do PES	22 de Abril	Clube de Educação para a Saúde