

Plano de Atividades

2018/2019



WWW.CM-TVEDRAS.PT



1. Workshops e showcookings de culinária saudável

Objetivos:

Educar os alunos para uma alimentação saudável. Apresentar exemplos práticos de refeições saudáveis.

Workshops de confeção de bolachas de aveia

Workshop's de culinária para crianças do pré-escolar conceção de bolachas de aveia dinamizados pelos formadores e alunos do Centro de Formação e Integração Profissional da APECI.

Destinatários: crianças do pré-escolar

Showcookings

Atividade em que as crianças adquirem informação sobre a nutrição, assistindo à confeção de lanches por um chefe de cozinha e degustando os alimentos confeccionados.

Destinatários: Alunos do 1º ciclo.

Parceiros: ESCO e APECI - Centro de Formação e Integração Profissional.

2. Ações informativas sobre educação postural

Objetivos:

Prevenir e educar para as alterações posturais nas crianças.

Sensibilizar para o correto uso das mochilas, postura e movimentos adequados.

Destinatários: Alunos do 4º ano. Este ano letivo serão abrangidas as turmas do Agrupamento de Escolas Padre Vitor Melicias

Parcerias: Physioclem

3. Promoção de workshops e sessões informativas no âmbito da promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis em meio escolar

Temas abrangidos este ano letivo:

Internet e novos vícios;

Bullying/ comportamentos agressivos;

Prevenção do Bullying;

Sexualidade na Adolescência;

Gravidez na adolescência;

O meu corpo é especial- prevenção de abuso sexual;

Quem ama cuida-se – prevenção na violência no namoro;

Infeções sexualmente transmissíveis- prevenção;

Gostar de mim – Prevenção de comportamentos suicidários;

O grupo sanguíneo;

Primeiros socorros/suporte básico de vida;

Asma, Alergia e Desporto;

Asma na escola e utilização de dispositivos inalatórios;

Alergia alimentar na escola- o que é, o que pode acontecer, riscos de ter uma reação e como tratar uma reação;

Anafilaxia – o que é e como agir;

Parceiros: CUF, Centro de Saúde de Torres Vedras, Bombeiros Voluntários de Torres Vedras, Associação de Doadores de Sangue de Torres Vedras, Centro Hospitalar Oeste Unidade de Torres Vedras, Missão arco iris.

4. MEDIÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL DOS ALUNOS DO 1º CICLO

Monitorização do IMC analisando-se a prevalência de baixo peso, excesso de peso e obesidade nas crianças do 1º ciclo.

5. LANCHES SAUDÁVEIS

Objetivo: Monitorização dos lanches das crianças do Agrupamento de Escolas Madeira Torres

Parceiros: CUF

6. SAÚDE ORAL

Objetivos: Detecção precoce dos problemas do dente e da gengiva, promoção da saúde oral.

[Diagnóstico de Saúde Oral](#)

Destinatários: Alunos do 2º e 3º ciclo – Este ano será contemplado o agrupamento de Escolas Padre Vitor Melicias.

Parceiro: Cooperativa de ensino Egas Moniz

Mastigar bem é crescer bem

Destinatários: Crianças da creche e pré-escolar.

Parceiro: Rldent

7. Rastreios de saúde

Rastreios visuais e de daltonismo que têm como destinatários os alunos do 1º ciclo.

Objetivos: identificar situações problemáticas no âmbito da visão.

Parceiros: Óticas OCT, COLORED.

8. Teatro - debate

Espetáculo de debate teatral sobre dependências. Método original e inovador de prevenção e desenvolvimento de conhecimentos no domínio da saúde.

Destinatários: Alunos do 9º ao 12º ano.

Parceiros: USINA

9. Conversas revelando a (D)eficiência

Visitas do grupo de auto-representação da APECI e dos membros do Gabinete de Apoio à Deficiência Visual nas escolas.

Objetivos: Inclusão social e desmistificação de estereótipos associados à deficiência.

Destinatários: Alunos do 1º ciclo ao ensino secundário.

Parceiros: Associação para a Educação de Crianças Inadaptadas e gabinete de Apoio à Deficiência Visual.

10. Hospital Palmo e Meio

Atividade em que as crianças levam um brinquedo “doente” com o qual efetuam todo o percurso de atendimento no hospital incluindo a triagem, consulta, exames, diagnóstico, cirurgia/tratamento e penso.

Objetivos: mostrar às crianças como funciona um hospital, eliminando medos associados às idas ao médico.

Destinatários: alunos do pré escolar.

Parceiro: SOERAD

11. Viver na Escola com a Diabetes

Projeto de enfermagem, centrado na criança/jovem com Diabetes tipo 1 em ambiente escolar, que inclui visitas mensais às escolas e um conjunto de atividades formativas dirigidas à equipa escolar. É estruturado através de uma rede de cuidados de suporte, partilhado entre as instituições de saúde e as escolas do concelho de Torres Vedras.

Objetivos: aumentar os conhecimentos e competências no âmbito da diabetes tipo1; potenciar um melhor controlo metabólico e promover a autonomia da criança com diabetes tipo 1.

Destinatários: Equipa escolar e crianças/ jovens com Diabetes tipo 1, acompanhadas em consulta externa de Pediatria no CHO Unidade de Torres Vedras e no centro de Saúde de Torres Vedras.

Parceiros: Centro Hospitalar Oeste Unidade de Torres Vedras, ACES Oeste Sul, Centro de Saúde de Torres Vedras.

12. Espetáculo Sensorial Forbrain

Cada Espetáculo de Estimulação Sensorial Snoezelen permitirá aos participantes interagirem com os equipamentos e dar asas à sua imaginação e criatividade, promovendo a estimulação sensorial em geral e a relação, comunicação e expressão corporal em particular.

Objetivos: promover a estimulação sensorial em geral, a relação, comunicação e expressão corporal em particular.

Destinatários: Crianças do pré-escolar e primeiro ciclo (20 crianças por sessão) Proposta: 10 sessões com 20 crianças em cada sessão (total de 200 crianças).