

# PROJETO DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

ANO LETIVO 2014/2015



ESCOLA BÁSICA  
D. JORGE DE LENCASTRE



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE  
GRÂNDOLA

ESCOLA BÁSICA  
D. JORGE DE LENCASTRE

## GABINETE DE APOIO E INFORMAÇÃO AO ALUNO

Ano Letivo 2014/2015



SALA 9-Bloco B

## COMO FUNCIONA?

NESTE GABINETE TENS  
À TUA DISPOSIÇÃO  
TÉCNICOS DA EQUIPA  
DE SAÚDE ESCOLAR  
QUE TE PODEM AUXILIAR/  
INFORMAR NAS SEGUINTE  
S ÁREAS:

- ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA
- SAÚDE MENTAL
- SEXUALIDADE
- CONSUMO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS
- HIGIENE ORAL



## QUANDO FUNCIONA?

**TODAS AS TERÇAS FEIRAS  
DAS 14 HORAS E 30 MINUTOS  
ÀS 16 HORAS E 30 MINUTOS  
NA SALA 9 DO BLOCO B**

## ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA

- PERTURBAÇÕES ALIMENTARES (ANOREXIA NERVOSA, BULIMIA, OBESIDADE)
- DIABETES



## SAÚDE MENTAL / SONO / BULLYING / CONSUMOS DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS



- GESTÃO DO STRESS
- CYBERBULLYING
- ANSIEDADE
- INFORMAÇÃO SOBRE AS CONSEQUÊNCIAS DOS CONSUMOS DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS

## SEXUALIDADE / AFETOS

- FUNCIONAMENTO DO ORGANISMO
- RELAÇÕES ENTRE PARES
- O RESPEITO PELO OUTRO
- INFORMAÇÃO SOBRE MÉTODOS CONTRACETIVOS



## HIGIENE ORAL

- RASTREIOS
- DETEÇÃO DE PROBLEMAS ORAIS

