

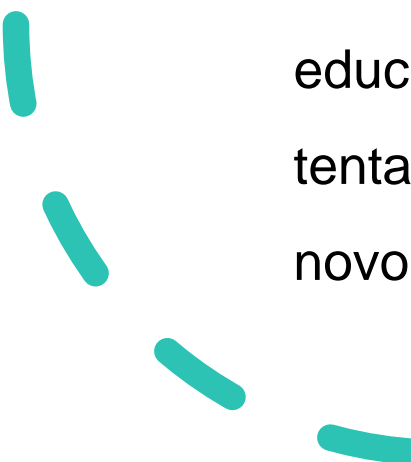
Agrupamento de Escolas Carolina Michaelis
Porto - Portugal

CARTA SCHOOLS FOR HEALTH IN EUROPE

Medidas que o
agrupamento está a
implementar para manter
a saúde física, mental e
psicológica dos alunos



Instaladas as circunstâncias que vivemos, provocadas pela pandemia do vírus COVID-19...



O Agrupamento de Escolas Carolina Michaëlis através do SPO, do PES, da UCC da Boavista, da BECRE, da EMAEI, do grupo de Educação Física e de outros serviços, procurou ir ao encontro das necessidades da comunidade educativa adaptando e reformulando os Planos de Atividades respetivos, numa tentativa de minimizar o impacto negativo criado pelas limitações impostas pelo novo coronavírus no país e no mundo.

Ações realizadas e/ou a realizar

Objetivo

Manter a saúde física, mental e psicológica dos alunos e da restante comunidade escolar

A promoção da saúde psicológica pelo SPO

O acompanhamento dos alunos com medidas seletivas e adicionais pela EMAEI

O acompanhamento dos professores tutores aos alunos com experiências de insucesso e **per** narrativas deficitárias

O papel dos Diretores de Turma

O papel do Programa de Educação para a Saúde (PES) na promoção de uma vida saudável

A promoção da atividade física

A promoção de uma cidadania ativa

A promoção da comunicação /informação e leitura

A promoção da literacia em saúde -
Coronavírus e COVID-19

A promoção da saúde psicológica pelo SPO

- A comunicação com pais, alunos e professores – envio de material e recursos de fontes como a OPP, DGS, DGE para públicos-alvo definidos de acordo com a especificidade das situações ou dos temas: recomendações gerais sobre o COVID-19, organização de rotinas, questões ligadas à saúde e autocuidado, apoio ao estudo, orientações para pais, segurança online, lidar com a ansiedade e evitar conflitos, ...
- O levantamento de necessidades através PTT, DT, APAECM, envio de questionários online para alunos.
- A tentativa de ultrapassar dificuldades e a procura de resolução de problemas em casos particulares.
- A monitorização dos processos/casos acompanhados pelo SPO junto dos DT, EE e alunos.
- A participação nas diferentes estruturas e serviços técnico-pedagógicos do agrupamento: Conselho Pedagógico EMAEI, PES, Equipa de Apoio do Plano de Ensino a Distância.
- A organização de sessões temáticas para alunos do ensino secundário (impacto do COVID, lidar com a ansiedade, segurança online, ...).



Acompanhamento dos alunos com medidas seletivas e adicionais

- Os docentes de educação especial e a EMAEI têm assumido o papel de apoio aos docentes e técnicos da comunidade educativa, bem como às famílias no contexto da modalidade de E@D, assegurando a continuidade da implementação / identificação das medidas de suporte à aprendizagem e à inclusão, articulando, sempre que necessário, com os serviços da comunidade.



Acompanhamento dos professores tutores aos alunos com experiências de insucesso e narrativas deficitárias

- Através de contactos disponibilizados como telemóvel, endereço eletrónico, plataforma Teams e /ou outros meios disponíveis para monitorizar e ajudar o jovem a minimizar/ultrapassar as dificuldades.



○ papel dos Diretores de Turma

- Articulação efetiva com os alunos, as famílias dos alunos e com os restantes professores da turma, assim como com as estruturas formais da escola, particularmente com os elementos da Direção.



A promoção de uma vida saudável pelo PES

- Consultas de “Aconselhamento Alimentar” online, disponíveis para toda a comunidade escolar, através da marcação por endereço eletrónico.
- Divulgação de três vídeos, um por semana, sobre Alimentação Saudável em tempos de confinamento – COVID-19.
- Formação aos funcionários do bar/cantina sobre Boas Práticas de Higiene e Segurança Alimentar.



A promoção da Atividade Física

- Ação de divulgação realizada pelos professores de Educação Física junto da comunidade escolar ("Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física"), para incentivar a prática de exercício físico em tempos de confinamento.
- Divulgação de links no *Youtube* de aulas virtuais (dança, condição física, yoga, etc.), nomeadamente do "#move to forget" no Facebook, o #eutreinoemcasa e a divulgação de uma Agenda de Atividade Física online da U.Porto - UPFit em casa.



A promoção de uma cidadania ativa

- Inscrição e divulgação junto da comunidade educativa do concurso 2020 EU Health Award.
- A importância da Literacia mediática em Saúde – os “Desafios GILM” – divulgação através de correio eletrónico a professores, alunos e pais/EE.
- Divulgação do Estudo online: Comportamentos Aditivos em Tempos de COVID-19 - pedido de participação a alunos maiores de 18 anos.
- Trabalhos realizados por alunos de 8º ano na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento sobre o tema da Saúde- realização de vídeos no âmbito do tema coronavírus.
- Divulgação de Facebook da SHE.
- Envio de newsletter aos pais com informações diversas.



A promoção da comunicação /informação e leitura

- Divulgação e atualização dos sítios web da Biblioteca Carolina Michaëlis com informações/sugestões que poderão ser úteis para todos. Respetivos endereços.
- Divulgação pela Direção do Agrupamento da Plataforma moodle, dos recursos “Recursos #EstudoEmCasa”, da ligação do site de "Apoio às escolas“
- Divulgação da oferta formativa do Centro de Formação de Escolas Porto Ocidental (CFEPO).
- Folheto informativo com perguntas frequentes, realizado pelo Departamento de Saúde Pública da Administração Regional de Saúde (ARS) do Norte.
- Poster para as Escolas da DGS.
- Folheto de Higienização das Mãos da Direção-Geral de Saúde (DGS).
- Divulgação junto de todos os docentes via email do evento - DIA MUNDIAL DA SAÚDE 2020: Uma Agenda da Juventude para a Saúde na próxima década: 2020-30.
- Envio de Links e materiais de informação/recursos sobre o Coronavírus aos educadores e professores.



○ PES na Promoção da literacia em saúde – Coronavírus e COVID-19

- Divulgação de informação enviada pela DGS e pela DGE sobre o Coronavírus e a COVID-19.
- DGS nº 5/2020 de 27/02/2020 sobre Cidadãos regressados de área com Transmissão comunitária ativa do COVID19.
- Folheto informativo com perguntas frequentes, realizado pelo Departamento de Saúde Pública da Administração Regional de Saúde (ARS) do Norte.
- Poster para as Escolas da DGS.
- Afixação e divulgação de Folheto de Higienização das Mãos da Direção Geral de Saúde (DGS).
- Divulgação junto de todos os docentes via email do evento – DIA MUNDIAL DA SAÚDE 2020: Uma Agenda da Juventude para a Saúde na próxima década: 2020-30.
- Envio de Links e materiais de informação/recursos sobre o Coronavírus aos educadores e professores.
- Folheto com Etapas para Plano Contingência em EEE, elaborado pela USP Porto Ocidental.
- Folheto informativo com perguntas frequentes, realizado pelo Departamento de Saúde Pública da Administração Regional de Saúde (ARS) do Norte.





Onde todos contam!

- **Salientamos:**
- A articulação constante entre os diferentes atores da comunidade educativa, estruturas e serviços do agrupamento, no levantamento de necessidades e dificuldades das famílias e alunos e na resolução de situações e intervenção em casos particulares.
- A disponibilização do contacto direto com uma equipa de Apoio à Família formada por duas psicólogas e três professores.
- O apoio técnico de dois professores às dúvidas e solicitações dos docentes no âmbito do Plano de E@D.
- O esforço desenvolvido no sentido de assegurar a todos os alunos os meios necessários para o ensino a distância e em identificar situações de carência económica e fragilidade familiar.