

Entidades que colaboram no projecto de promoção de saúde,  
dinamizando as actividades :

Escola Superior de Saúde de Leiria - IPL

Escola Superior de Educação de Leiria - IPL

Centro de Saúde Dr. Gorjão Henriques

Óptica Alípios - Leiria

Cruz Vermelha Portuguesa- Núcleo de LEIRIA

A **Associação de Pais da EB 2.3 D. Dinis** colabora  
activamente na organização das actividades da Semana  
da Saúde .

Organização: **Clube da Saúde**

**CONTAMOS COM A VOSSA PARTICIPAÇÃO NESTA SEMANA DA SAÚDE**

## **AGRUPAMENTO DE ESCOLAS D. DINIS**

Actividades de Promoção e Educação para a Saúde



## **SEMANA DA SAÚDE**



**15 a 24 de Abril de 2009**

**Programa / Convite**

## **INTRODUÇÃO**

A Semana da Saúde pretende ser uma acção de sensibilização para temas relacionados com a saúde, tão importante na melhoria da qualidade de vida das populações, através de actividades diversas dirigidas à comunidade educativa em geral.

### **16 a 24 de Abril**

**Exposição temática no Polivalente da Escola EB2.3 D. Dinis.**

### **15 de Abril**

“Primeiros socorros e suporte básico de vida” – demonstração feita pela Cruz Vermelha Portuguesa para alunos do 3º ciclo, durante a manhã no Pavilhão gimnodesportivo da EB 2.3 D. Dinis.

### **16 de Abril**

Atelier de Saúde – conjunto de rastreios à comunidade educativa, no Polivalente da EB 2.3 D. Dinis, dinamizada pelo Centro de Saúde Dr. Gorjão Henriques, colaboração de entidades locais. Possível participação dos pais.

### **17 de Abril**

Palestra para pais e encarregados de educação, sobre “Alimentação saudável – comportamento alimentar e qualidade de vida” – coordenação da Associação de Pais da EB 2.3 D. Dinis ; dinamização a cargo da Dra. Ana Marcelino especialista em Nutricionismo.

**Acção a decorrer na EB 2.3 D. Dinis, pelas 18H.**

### **22 de Abril**

Palestra para pais e encarregados de educação “Crescer com Afectos, Crescer com sucesso” – dinamização da ESEL a cargo da Dra. Graça Seco.

**Acção a decorrer na EB 2.3 D. Dinis, pelas 18H.**

### **23 de Abril**

Palestra para pais e encarregados de educação “Exercício Físico e Saúde”

Dinamização a cargo do Professor João Cruz com apoio de estudos efectuados a alunos da escola e explicação do projecto durante a palestra.

**Acção a decorrer na EB 2.3 D. Dinis, pelas 18H.**

## **OUTRAS ACTIVIDADES**

Palestra sobre “Exercício e Saúde” – dinamizada por alunos do Curso de Desporto e Bem-estar da ESEL – actividades em contexto de sala de aula para alunos.

Masterclass de fitness – dinamizada por alunos do Curso de Desporto e Bem-estar da ESEL – actividades em contexto de sala de aula, para alunos.

Palestra / Acção de Formação – Filosofia para Crianças e Jovens Dinamizada pelo presidente da APAEF, para professores do 1º ciclo do Agrupamento. Realização na EB 2.3 D. Dinis.

(Continuidade à já realizada para professores do 2º e 3º ciclo, a 9 de Fevereiro de 2009).

## **MUITO IMPORTANTE**

As refeições desta semana serão melhoradas através dos conselhos da nutricionista do Centro de Saúde Gorjão Henriques, Dra. Sónia Rodrigues, cujo aconselhamento e esclarecimento poderá ser pedido pelos pais durante o horário das 09H às 16H, salvo impedimento de última hora.