



Com o Projecto de Educação para a Saúde e Educação Sexual pretende-se assegurar o acompanhamento

Tendo por referência a legislação em vigor, consideram-se temáticas prioritárias e respectivos objectivos, os seguintes:

a) Alimentação e Actividade Física

- Melhorar o estado de saúde global dos jovens;
- Inverter a tendência crescente de perfis de doença que se traduzem no aumento das taxas de incidência e prevalência de enfermidades como sejam a obesidade, diabetes tipo II, cáries dentárias, doenças cardiovasculares e outras;
- Colmatar carências nutricionais de uma população estudantil mais carenciada, fornecendo-lhes os nutrientes e a energia necessários para o bom desempenho cognitivo;
- Promover a saúde dos jovens através da Educação para a Saúde, especialmente em matéria de Alimentação Saudável e Actividade Física.

□ b) Prevenção de Consumo de Substâncias Psicoactivas

- Prevenir o consumo destas substâncias em meio escolar através de debates, sessões de sensibilização e outras estratégias de trabalho continuado com os alunos e envolvendo toda a comunidade educativa.

c) Educação Sexual

- Contribuir para uma melhoria dos relacionamentos afectivo-sexuais entre os jovens;
- Contribuir para a redução das possíveis consequências negativas dos comportamentos sexuais, tais como a gravidez não planeada e as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST);
- Contribuir para a tomada de decisões saudáveis na área da sexualidade.

d) Saúde Mental e Prevenção da Violência em Meio Escolar

- Identificar os vários tipos de comportamentos relacionados com a violência;
- Apoiar acções de sensibilização e promoção da saúde mental;

- Promover uma intervenção continuada e baseada no conhecimento, em parceria com instituições competentes na matéria.