

Semana da Saúde na Escola Secundária Viriato



A educação para a saúde acontece ao longo de todo o ano letivo na nossa escola, mas como já vem sendo habitual, dedicou-se uma semana especialmente à Promoção e Educação para a Saúde (PES) de 27 a 31 de março.

Foram cinco dias que pretenderam congregar, toda a comunidade educativa e comunidade envolvente para iniciativas que abordassem temáticas como Saúde Mental e Prevenção da Violência; Educação Alimentar e Atividade Física; Comportamentos Aditivos e Dependências; Afetos e Educação para a Sexualidade; áreas temáticas preconizadas pelo Ministério da Educação e Ministério da Saúde como prioritárias para serem trabalhadas em meio escolar. Foram, ainda, dinamizadas sessões e *workshops* sobre Suporte Básico de Vida, prevenção do AVC e a importância de doar sangue, numa vertente também de Cidadania e Desenvolvimento. Foram dinamizadas mais de 40 atividades no âmbito da educação para a Saúde.

A Farmácia Viriato, nossa parceira nesta iniciativa, esteve na escola no dia 30 de abril, para rastreios, mas também como dinamizadora de várias sessões ao longo da Semana. Várias foram as entidades externas parceiras que conosco colaboraram ao longo de toda a semana, nomeadamente o CHTV: Unidade de Saúde do Adolescente, Imunohemoterapia; Psiquiatria; ACeS Dão Lafões – Equipa de Saúde Escolar; Unidade de Cuidados à Comunidade (UCC_Viseense); Jogos+Vida; Portugal AVC; Associação Sol; Equipa Evax, Tampax e Ausónia; PSP:

Escola Segura; OMB; ESEV e a Dra. Alzira Ferrão. Como parceiros internos foram fundamentais os Serviços de Psicologia e Orientação (SPOs); o Clube Desporto Escolar Comunidades, a Biblioteca Escolar; o Dançando com a Diferença na Viriato e a Associação de Pais e EE da nossa Escola.

A organização da Semana da Saúde, a cargo da Equipa PES, dos SPOs e da Direção da escola, teve como objetivo sensibilizar e aumentar a literacia em saúde individual e comunitária. A cada ano a OMS escolhe um tema central para ser debatido no Dia Mundial da Saúde. O tema do Dia Mundial da Saúde de 2023 é "Saúde para todos".

Assim, não podíamos estar mais em sintonia com a temática deste ano, já que almejámos envolver toda a comunidade, desde alunos, pais e encarregados de educação, pessoal docente e não docente, nas atividades que se desenvolveram ao longo da semana, permitindo que todos tivessem a possibilidade de aumentar os seus conhecimentos, refletindo sobre as opções que possuem para alcançarem melhores níveis de saúde.

Bem-haja a todos os que de forma direta ou indireta permitiram o sucesso desta edição.

Equipa PES





