

## Projecto da Educação para a Saúde



**A Adolescência, a Idade das Escolhas** é o tema do Projeto de Educação para a Saúde, destinado a toda a comunidade educativa e dinamizado pelas professoras responsáveis.

No âmbito deste projeto são concretizadas atividades, ao longo do ano letivo, relacionadas, por exemplo, com a **Alimentação e a Atividade Física, a Sexualidade Saudável, os Métodos Contracetivos, a prevenção do Consumo de Substâncias Psicoactivas, a prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis, a Gravidez na Adolescência e a Violência sob a forma de Bullying**

Se tiveres dúvidas que necessites esclarecer sobre estes temas de Educação para a Saúde, poderás aparecer no Espaço de Atendimento que funciona no gabinete 2 do Pavilhão D, onde trabalha a equipa de professores deste projeto.

Se fores um aluno do 10º ano, podes contar com o nosso apoio para concretizares as tuas ideias na disciplina de Formação Cívica.

Se tens gosto por estas temáticas, também poderás participar na dinamização das atividades previstas.

Se o teu horário não te permitir frequentar o gabinete de atendimento, tens outras alternativas através do nosso e-mail: disponível brevemente ou Caixa do correio - Pavilhão D, Gabinete 2.

**Qualquer que seja a via para nos contactar será sempre confidencial.**

**Contamos com a vossa participação!**

A equipa do PES

### **Comemoração do Dia Mundial da Alimentação**

[Sopa de Feijão-verde com Flocos de Aveia](#)

[Courgettes gratinadas](#)

[Compota de creme de queijo](#)

[Creme de banana](#)

[Cocktails](#)

[Creme de cenouras com ervilhas](#)

[Sopa de lentilhas laranja](#)

[Bacalhau em pão saloio](#)

[Abacaxi recheado de marisco](#)