**Instrumento de avaliação rápida da Promoção e Educação para a Saúde na Escola**

**Diagnóstico atual**: 1= não implementado; 2= parcialmente implementado; 3= implementado;

**Prioridade:**1= baixa prioridade; 2= média prioridade; 3= alta prioridade;

\*coloque um x no número que melhor corresponde à resposta

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. ORIENTAÇÃO | Diagnóstico | | | Prioridade | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. A escola tem uma perspetiva geral da situação atual em relação à saúde (incluindo a saúde física, mental e social) e o bem-estar dos/as alunos/as. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola tem uma ideia geral da situação atual em relação à saúde (incluindo a saúde física, mental e social) e o bem-estar do pessoal docente e não docente. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola consegue fazer uma estimativa dos atuais comportamentos de saúde dos/as alunos/as (alimentação e atividade física, comportamentos sexuais, consumo de álcool, tabaco, substancias psicoativas ilícitas e higiene) em relação à idade, origens e género. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola realizou uma avaliação das necessidades e desejos dos/as alunos/as e do pessoal docente e não docente em relação à saúde e ao bem-estar (ex. inquérito, caixa de sugestões) |  |  |  |  |  |  |
| * 1. O/A professor/a coordenador/a da educação para a saúde é reconhecido/a por toda a comunidade educativa. |  |  |  |  |  |  |
| 1. POLÍTICAS DE SAÚDE DA ESCOLA | **Diagnóstico** | | | **Prioridade** | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. A escola inclui no Projeto Educativo e no Plano de Atividades a promoção da saúde e do bem-estar dos/as alunos/as, do pessoal docente e não docente, incluindo a prevenção e resolução de problemas relacionados com a saúde. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A saúde e o bem-estar estão interligados com as metas educativas da escola. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A saúde e o bem-estar fazem parte integrante do currículo da escola. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A abordagem à saúde e ao bem-estar da escola reflete as opiniões, os desejos e as necessidades de toda a comunidade educativa (alunos/as, pessoal docente e não docente, pais/mães ou encarregados/as de educação). |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Os/As alunos/as, pessoal docente e não docente, pais/mães ou encarregados/as de educação são incentivados a participar na planificação e implementação das atividades relacionadas com a saúde na escola. |  |  |  |  |  |  |
| 1. AMBIENTE FÍSICO DA ESCOLA | **Diagnóstico** | | | **Prioridade** | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. As instalações da escola, como o recreio, as salas de aula, as casas de banho, o refeitório, o bufete e os corredores, são seguras, limpas, promovem a higiene (sabonete e toalhas de papel na casa de banho) e são espaços agradáveis para os/as alunos/as. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. As instalações da escola, como o recreio, as salas de aula, as casas de banho, o refeitório, o bufete e os corredores, são adequados à idade e género e são adaptados aos/às alunos/as com necessidades especiais. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Os/As alunos/as e o pessoal docente e não docente têm acesso às instalações escolares para atividades físicas fora do horário escolar. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Todos os espaços destinados à prática da atividade física, o refeitório e o bufete da escola cumprem os padrões de higiene e segurança. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. O caminho para a escola é seguro e está planificado para incentivar o envolvimento dos/as alunos/as em atividades físicas/meios suaves de transporte (ex. caminhar, andar de bicicleta). |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Todos os edifícios da escola são mantidos a uma temperatura confortável, estão bem iluminados e ventilados. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. O refeitório, o bufete da escola e as maquinas de venda automática disponibilizam géneros alimentícios saudáveis e acessíveis que cumprem as orientações do MEC/DGE. |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. AMBIENTE SOCIAL DA ESCOLA | Diagnóstico | | | Prioridade | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. As instalações da escola, como o refeitório, o bufete, o recreio, a biblioteca, as salas de aula e os corredores, estão planificados e arranjados de forma agradável e sociável. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola oferece atividades de grupo regulares, como semanas temáticas, festivais, competições e clubes, que são concebidos, pelo menos em parte, para promover a saúde e o bem-estar. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A educação para a saúde e as atividades de promoção da saúde, incluindo oportunidades para praticar e desenvolver competências para a vida, estão incluídas em programas extra curriculares. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Existe um Gabinete de Apoio ao Aluno, disponível e acessível a todos/as os/as alunos/as que precisem de falar com alguém, partilhar preocupações ou pensamentos, em privacidade. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola proporciona um ambiente amigável onde todos/as os/as alunos/as e o pessoal docente e não docente se sentem confortáveis e respeitados. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Os/As profissionais de saúde e psicólogo/a estão envolvidos na promoção da saúde individual e de toda a escola e trabalham em conjunto com a direção para integrar as questões de saúde nas políticas da escola. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola está organizada (serviços e infraestruturas) para apoiar alunos/as com necessidades educativas especiais, de desenvolvimento e físicas. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola identifica e referencia os/as alunos/as com necessidades de saúde especiais aos serviços de saúde locais ou outros serviços especializados (ex. CPCJR). |  |  |  |  |  |  |
| 1. Competências DE SAÚDE | **Diagnóstico** | | | **Prioridade** | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. A escola implementa programas centrados nas competências individuais e no conhecimento sobre questões de saúde, incluindo a promoção da saúde mental. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola tem regras claras que promovem comportamentos saudáveis. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. São incluídas regularmente nas aulas atividades de pausa e descontração. |  |  |  |  |  |  |
| 1. LIGAÇÕES À COMUNIDADE | **Diagnóstico** | | | **Prioridade** | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. Os/As pais/mães ou encarregados/as de educação dos/as alunos/as da escola são participantes ativos na comunidade educativa. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola estabeleceu parcerias locais, tais como clubes desportivos, associações juvenis, Câmara Municipal, serviços comunitários, restaurantes, comércio local, serviços de saúde, serviços de aconselhamento, organizações não-governamentais. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola organiza visitas regulares aos parceiros/as locais para incentivar os/as alunos/as a praticarem uma alimentação saudável, atividade física, promoverem a sua saúde social e emocional, o desenvolvimento, entre outras. |  |  |  |  |  |  |
| 1. Saúde do pessoal docente e não docente | **Diagnóstico** | | | **Prioridade** | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| * 1. A escola oferece regularmente aos/às docentes formação e desenvolvimento de capacidades relacionadas com a promoção da saúde e do bem-estar da comunidade educativa. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Existem recursos suficientes disponíveis para proporcionar ao pessoal docente e não docente materiais atualizados sobre tópicos de saúde, incluindo a promoção da saúde mental. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola promove um equilíbrio entre o trabalho e a vida familiar e oferece um ambiente aberto à discussão dos problemas do trabalho e do *stress*. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. Os/As profissionais recentemente colocados/as na escola têm formação e acompanhamento para os apoiar no seu desenvolvimento profissional. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola tem protocolos/referenciais para lidar com o absentismo recorrente do pessoal docente e não docente e para o apoio durante a sua reintegração e adaptação, após um período prolongado de ausência por doença. |  |  |  |  |  |  |
| * 1. A escola apoia o pessoal docente e não docente a manter um estilo de vida saudável, p. ex. criando um ambiente promotor de saúde. |  |  |  |  |  |  |