



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

GUIA DOS
**PROGRAMAS
E SERVIÇOS
SOCIOEDUCATIVOS
MUNICIPAIS**

2026-2027

ÍNDICE

Mensagem do Presidente da Câmara Municipal de Odivelas	3
Áreas Temáticas / Programas e Serviços Socioeducativos Municipais	4
Organização da Rede Escolar Pública do Concelho de Odivelas	5
Quadros Resumo: Programas e Serviços Socioeducativos Municipais	7
Ambiente e Sustentabilidade	16
Animais	29
Atividade Física e Desportiva	33
Biblioteca Municipal	36
Competências Pessoais e Sociais	40
Cultura	42
Educação para a Cidadania	50
Infância e Juventude	56
Ocupação de Tempos Livres	63
Promoção da Saúde	65

O contexto atual continua a colocar desafios exigentes à comunidade educativa. Num cenário marcado por profundas transformações sociais, tecnológicas e ambientais, torna-se cada vez mais importante investir na Educação, enquanto instrumento capaz de preparar as nossas crianças e jovens para o futuro, promovendo valores de cidadania, participação e responsabilidade.



É neste quadro que a Câmara Municipal de Odivelas reafirma a Educação como uma prioridade estratégica da sua ação, assumindo uma aposta permanente no conhecimento, na igualdade de oportunidades e na valorização da cidadania ativa. A Escola é, por isso, entendida como um espaço privilegiado de aprendizagem, inclusão e crescimento pessoal, onde cada criança e jovem encontra condições para desenvolver as suas capacidades e construir o seu percurso de forma autónoma e consciente.

O **Guia dos Programas e Serviços Socioeducativos Municipais 2026-2027** traduz esta visão. Em estreita articulação com os Agrupamentos de Escolas e com as Escolas Não Agrupadas do concelho, este documento reúne um conjunto diversificado de programas e serviços nas áreas socioeducativa, cultural e desportiva, concebidos para apoiar, complementar e enriquecer o trabalho desenvolvido nas escolas.

Mais do que um veículo informativo, este Guia reflete uma estratégia de proximidade que a Autarquia tem vindo a promover com os estabelecimentos de ensino, as famílias e os restantes parceiros educativos. Uma estratégia assente na partilha de responsabilidades e na convicção de que o sucesso educativo se constrói com o contributo de toda a comunidade.

No início de mais um ano letivo, renovamos a nossa determinação em promover um contexto educativo de qualidade e inclusão. Estou convicto de que, através da colaboração de todos os parceiros, continuaremos a criar mais e melhores oportunidades para as nossas crianças e jovens, contribuindo para um concelho cada vez mais qualificado, coeso e preparado para os desafios do futuro.

O Presidente da Câmara Municipal,
Hugo Martins

- AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE
- ANIMAIS
- ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA
- BIBLIOTECA MUNICIPAL
- COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS
- CULTURA
- EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA
- INFÂNCIA E JUVENTUDE
- OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES
- PROMOÇÃO DA SAÚDE

ESTABELECIMENTOS DE EDUCAÇÃO DA REDE PÚBLICA DO CONCELHO

Agrupamentos de Escolas	Estabelecimentos de Educação e Ensino	Níveis de Educação e Ensino
Agrupamento de Escolas a Sudoeste de Odivelas	Escola Básica António Gedeão (sede)	2.º e 3.º Ciclos
	Escola Básica Casais de Trigache	Pré-escolar e 1.º Ciclo
	Escola Básica da Quinta das Dálías	Pré-escolar e 1.º Ciclo
	Escola Básica Veiga Ferreira	Pré-escolar e 1.º Ciclo
	Escola Básica Sophia de Mello Breyner Andresen	Pré-escolar e 1.º Ciclo
Agrupamento de Escolas Adelaide Cabette	Escola Secundária de Odivelas (sede)	Secundário e 3.º ciclo
	Escola Básica Avelar Brotero	2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica de António Maria Bravo	1.º ciclo
	Escola Básica D. Dinis n.º 1	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Bernardim Ribeiro	1.º ciclo
	Escola Básica Maria Máxima Vaz	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Jardim de Infância Álvaro de Campos	Pré-escolar
	Jardim de Infância Roque Gameiro	Pré-escolar
Agrupamento de Escolas Braamcamp Freire	Escola Secundária Braamcamp Freire (sede)	Secundário e 3.º ciclo
	Escola Básica da Pontinha	2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica do Casal da Serra	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica da Quinta da Condessa	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Dr. Mário Madeira	1.º Ciclo
	Escola Básica Mello Falcão	1º Ciclo
	Escola Básica da Quinta da Paiã	Pré-escolar e 1º ciclo
	Escola Básica da Serra da Luz	1.º Ciclo
	Escola Básica de Vale Grande	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Jardim de Infância Gil Eanes	Pré-escolar
Agrupamento de Escolas de Caneças	Escola Secundária de Caneças (Sede)	Secundário e 3.º ciclo
	Escola Básica dos Castanheiros	Pré-escolar, 1.º, 2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica Francisco Vieira Caldas	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Professora Maria Costa	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Artur Alves Cardoso	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Cesário Verde	Pré-escolar e 1.º ciclo

Agrupamento de Escolas D. Dinis	Escola Básica D. Dinis (sede)	2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica Maria Lamas	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Rainha Santa	1.º ciclo
	Escola Básica do Mosteiro	Pré-escolar e 1.º ciclo
Agrupamento de Escolas de Moinhos Arroja	Escola Básica Moinhos da Arroja (sede)	2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica Manuel Coco	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica de Porto Pinheiro	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Jardim de Infância Dr. João dos Santos	Pré-escolar
Agrupamento de Escolas Pedro Alexandrino	Escola Secundária Pedro Alexandrino (sede)	Secundário e 3.º ciclo
	Escola Básica Carlos Paredes	1.º, 2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica Barbosa du Bocage	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica da Quinta de São José	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica de Olival Basto	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Jardim de Infância Alzira Beatriz Pacheco	Pré-escolar
Agrupamento de Escolas Vasco Santana	Escola Básica Vasco Santana (sede)	2.º e 3.º ciclos
	Escola Básica de Amoreira	1.º ciclo
	Escola Básica de Casal dos Apréstimos	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Eça de Queirós	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica João Villaret	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Escola Básica Maria de Lourdes Pintasilgo	Pré-escolar e 1.º ciclo
	Jardim de Infância de Azenha	Pré-escolar
Escolas Não Agrupadas	Escola Secundária da Ramada	Secundário e 3.º ciclo
	Escola Profissional Agrícola D. Dinis - Paia	Profissional

QUADRO RESUMO: PROGRAMAS E SERVIÇOS SOCIOEDUCATIVOS MUNICIPAIS

AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Período	Pág.	
	Alunos/as				Escola e Comunidade			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						Ensino Secundário
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
TEMA: ÁGUA								
• Fecha a Torneira		X					Durante o ano letivo	17
• Pegada Hídrica		X	X	X			Durante o ano letivo	17
TEMA: ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS								
• O Planeta está a aquecer		X					Durante o ano letivo	18
• Alterações Climáticas			X	X	X		Durante o ano letivo	18
TEMA: BIODIVERSIDADE								
• Animais em Perigo	X	X	X				Durante o ano letivo	19
• Invasores		X	X	X	X		Durante o ano letivo	19
• Os Amigos da Horta		X	X				Durante o ano letivo	19
TEMA: CONSUMO SUSTENSÁVEL E MOBILIDADE								
• Os Super-Heróis de Supermercado		X					Durante o ano letivo	20
• À Boleia para o Futuro		X	X	X	X		Durante o ano letivo	20
• Terra: Manual de utilização			X	X	X		Durante o ano letivo	21
TEMA: DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL								
• Agenda 2030			X	X	X		Durante o ano letivo	21
TEMA: ENERGIA								
• Apaga a Luz		X					Durante o ano letivo	22

• Boa energia			x	x	x		Durante o ano letivo	22
TEMA: RESÍDUOS								
• Reduzir, Reutilizar, Reciclar	x	x					Durante o ano letivo	23
• Fluxos Específicos de Resíduos		x	x	x	x		Durante o ano letivo	23
• Um problema à deriva – Lixo nos Oceanos		x	x				Durante o ano letivo	24
• Terra-a-Terra			x	x	x		Durante o ano letivo	24
TEMA: AMBIENTE URBANO E CIDADANIA AMBIENTAL								
• Pombos, Animais Errantes e Dejetos Caninos	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	24
• Ruído: Cidades que se ouvem			x	x	x		Durante o ano letivo	25
OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO								
• Faz a tua carteirinha	x	x					Durante o ano letivo	25
• Alimentador para aves	x	x	x	x	x		Meses de março, abril e maio	26
• Armadilha para vespas		x	x	x	x		Durante o ano letivo	26
• Hotel de Insetos	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	27
OFICINA DE PLANTAÇÃO								
• Bolas de Sementes	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	27
VISITAS								
• Viveiros Municipais		x					Ao longo do ano letivo	28
• A Escola vai ao Parque			x	x			Meses de março, abril e maio	28

ANIMAIS								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Escola e Comunidade	Período	Pág.
	Alunos/as				Ensino Secundário			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Comemorações do Dia Mundial do Animal						Comunidade educativa e população em geral	Uma vez por ano	30
• Rede de Escolas e Instituições Amigas dos Animais						Comunidade educativa e instituições de carácter social	Durante o ano	30
• Visitas ao CORACO – “Um dia no canil”						Comunidade educativa e população em geral	Durante o ano	30
• Sensibilização Escolar sobre Animais de Companhia						Comunidade educativa	Durante o ano	31
• Cãominhadas						Comunidade educativa e população em geral	Durante o ano	31
• Programa Do Urbano ao Rural	x	x	x	x			Durante o ano letivo	32

ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Escola e Comunidade	Período	Pág.
	Alunos/as							
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO			Ensino Secundário			
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Brincar a Mexer	x						Durante o ano letivo	34
• Pausas Ativas		x					Durante o ano letivo	34
• ODIBICLA na escola		x					Durante o ano letivo	34
• Desporto na escola		x					Durante o ano letivo	35

• Jogos Desportivos Escolares		x					Durante o ano letivo	35
-------------------------------	--	---	--	--	--	--	----------------------	----

BIBLIOTECA MUNICIPAL								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Escola e Comunidade	Período	Pág.
	Alunos/as				Ensino Secundário			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Bibliófilo vai à Escola	x						Mensal (durante o ano letivo)	37
• Educar, Formar, Saber Mais						Alunos/as do ensino noturno	Quinzenal (durante o ano letivo)	37
• Exposições						Público em geral	Bimestral, todo o ano	37
• Hora do Conto (Odivelas e Polo de Caneças)	x	x					Semanal (durante o ano letivo)	37
• Visitas Guiadas						Comunidade Escolar, AAAF's; Associações	Mediante agendamento, todo o ano	38
• Concurso Municipal de Leitura 'Sentir a Ler'		x	x	x	x		Anual	38
• Funtasia			x	x		Público geral	Bienal	38
• Biblioteca dos Mundos Vivos (Polo de Caneças)						Jovens (12+) e jovens adultos	Semanal (durante o ano letivo)	38
• SABE – Serviço de Apoio às Bibliotecas Escolares						Professores/as Bibliotecários/as	Mediante agendamento, todo o ano	39

COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Escola e Comunidade	Período	Pág.
	Alunos/as							
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO			Ensino Secundário			
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Ações de Sensibilização		X	X	X			Durante o ano letivo	41
• Projeto Hipoterapia de Odivelas		X	X	X			Durante o ano letivo	41

CULTURA								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO						Período	Pág.
	Alunos/as					Escola e Comunidade		
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO			Ensino Secundário			
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Plano de Adaptação às Artes	X	X			X		Durante o ano letivo	43
• Aqueduto do Olival do Santíssimo - Troço subsidiário do Aqueduto das Águas Livres			X	X	X	Alunos/as do ensino noturno e Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 • Ensino noturno - maio e junho às 19h00	43
• Visitas Orientadas às Exposições		X	X	X	X	Alunos/as do ensino noturno e Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 • Ensino noturno às 19h00	44
• À Descoberta da Arte	X	X				Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30	44
• Visita ao Centro Histórico		X	X	X			Terça, quarta e sexta-feira, às 10h00 e às 14h30	44
• Bicas - Uma história sobre a água - ateliê de leitura e visita orientada	X	X				Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30	45

• Cientistas por um dia - Visita orientada			x	x	x	Alunos/as do ensino noturno e Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 Ensino noturno às 19h00	45
• Trigo, farinha e pão: o ciclo da transformação	x	x	x	x			Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30	46
• Teatro de Fantoches: O Rei D. Dinis está em Odivelas	x	x				Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30	46
• Visita orientada - Descobrir o Mosteiro de Odivelas	x	x	x	x	x	Alunos/as do ensino noturno e Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 Ensino noturno às 19h00	47
• <i>Um olhar sobre o 25 de Abril: dos antecedentes à revolução</i> - visita orientada		x	x	x	x	Alunos/as do ensino noturno e Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 Ensino noturno às 19h00	47
• Visitas orientadas ao Mosteiro de Odivelas - Visitas orientadas aos sábados à tarde						Público em geral	Verão (julho a outubro), às 16h00 e às 17h30 inverno (novembro e dezembro), às 15h00 e às 16h30	48
• Visitas orientadas ao Mosteiro de Odivelas - Visitas orientadas temáticas um domingo por mês						Público em geral	Todos os meses, exceto no mês de agosto	48

EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Escola e Comunidade	Período	Pág.
	Alunos/as							
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO			Ensino Secundário			
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Plano de Ação Educativa 2026/2027	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	51
• Concurso Escola Mais Resiliente	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	51

• Jogo SOS - Odivelas	x	x	x	x	x		Durante o ano letivo	52
• Ações de Informação e Capacitação sobre as Pessoas em Situação de Sem Abrigo					x		Durante o ano letivo	52
• Projeto Ser Seguro	x	x					Durante o ano letivo	52
• Ação de sensibilização - "Diz Não à Discriminação"				x	x		Até ao final de 2026	53
• Ação de sensibilização - "Cidadania: Identidade e Expressão".					x		Até ao final de 2026	53
• Ação de sensibilização - "A Família e a Escola"						Encarregados/as de educação de crianças e jovens migrantes	Ao longo do ano letivo	54
• Projeto: Violência no Namoro			x	x	x		Durante o mês de fevereiro	54
• Programa de Apoio Associativo de Pais e Encarregados de Educação (PAAPEE)	x	x	x	x	x	Associações de Pais e Encarregados/as de Educação		55

INFÂNCIA E JUVENTUDE								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Período	Pág.	
	Alunos/as				Escola e Comunidade			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						Ensino Secundário
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Programa Cybersegur@ - Cai na Real, Protege-te no Virtual		X	X	X		Durante o ano letivo	57	
• Mostra de Ofertas Profissionais e Educativas (MOPE)				X	X	Mês de maio	57	
• Gabinete Orienta-te!					Jovens dos 12 aos 35 anos	Durante o ano	58	

• Capacita-te				X	X		Durante o ano letivo	59
• Projeto "Experimenta-te e Descobre"					X	Jovens dos 16 aos 21 anos	Interrupções Letivas	60
• Cartão "ODIkids"						Crianças dos 0 aos 11 anos	Durante o ano	60
• Cartão Jovem Municipal						Jovens dos 12 aos 29 anos	Durante o ano letivo	61
• Prémio de Mérito Educativo					X		Mês de novembro	61
• Programa de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior Residentes no Concelho de Odivelas						Estudantes inscritos/as em cursos conducentes ao grau de licenciatura		62

OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Período	Pág.	
	Alunos/as				Escola e Comunidade			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						Ensino Secundário
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Programa de Ocupação de Tempos Livres (OTL)						Crianças e jovens dos 6 aos 17 anos	Períodos de Interrupção Letiva	64

PROMOÇÃO DA SAÚDE								
PROJETO	PÚBLICO-ALVO					Período	Pág.	
	Alunos/as				Escola e Comunidade			
	Educação Pré-Escolar	ENSINO BÁSICO						Ensino Secundário
		1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo				
• Exposição Dieta Mediterrânica em Odivelas			X	X	X	Docentes e Encarregados/as de educação	Durante o ano letivo	66
• Vamos comer as cores do arco-íris	X						Durante o ano letivo	66
• Heróis da Fruta		X					Durante o ano letivo	66

• On The Road – A Prevenção na Comunidade					X		Durante o ano letivo	67
• Os Super Saudáveis (Almoços e Lanches)	X	X					Durante o ano letivo	67
• Conversas à sombra... Cuidados a ter com o Sol	X	X					Durante o ano letivo	68
• "Ohhh! Que Criança Tão Direitinha!" - Educação Postural			X				Durante o ano letivo	68
• Entre Escovas e Bochechas - Projeto de Higiene Oral			X			*Escolas aderentes ao Projeto	Durante o ano letivo	69
• Falar, Brincar e Aprender sobre Higiene - Higiene Corporal			X				Durante o ano letivo	69
• Ação de Sensibilização - Stress e burnout - "Promoção da Saúde Mental em contexto escolar"						Docentes e Assistentes operacionais	Durante o ano letivo	69
• Ação de Sensibilização - "Ansiedade: o Alarme do Corpo"				X	X		Durante o ano letivo	70
• Ação de Sensibilização - "Dependência de Ecrãs"				X			Durante o ano letivo	70
• Prevenção das Doenças Oncológicas em contexto escolar			X	X	X	Docentes e Assistentes operacionais	Durante o ano letivo	71
• Escolas Pela Prevenção		X	X	X	X		Durante o ano letivo	71
• Prevenção das Doenças Cardiovasculares em contexto escolar				X	X		Durante o ano letivo	72
• Ação de Sensibilização - "Comportamentos Aditivos e Dependências"				X	X		Durante o ano letivo	72



AMBIENTE E SUSTENTABILIDADE

AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

TEMA: ÁGUA

• Projeto: FECHA A TORNEIRA

:: Descrição:

- Compreender a relação entre a água existente no planeta e a água potável disponível;
- Relacionar a importância da água com a vida na Terra;
- Sensibilizar para a adoção de comportamentos que promovam a poupança e o uso racional da água;
- Exploração do vídeo “Aquametragem”.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º e 2.º anos do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: PEGADA HÍDRICA

:: Descrição:

- Compreender o conceito de pegada hídrica;
- Reconhecer os efeitos do consumo direto e indireto de água potável;
- Consciencializar sobre o enorme volume de água exigido pelos processos de produção e relacioná-los com hábitos de consumo;
- Promover o consumo sustentável.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

- Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

TEMA: ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

• Projeto: O PLANETA ESTÁ A AQUECER

:: Descrição

- Compreender o que é o efeito de estufa;
- Reconhecer a ação humana e a produção de carbono e outros gases com efeitos de estufa como principal causa do aquecimento global;
- Informar, sensibilizar e alertar para as alterações climáticas e para a adoção de novos comportamentos.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

:: Descrição

- Reconhecer que o clima é influenciado por causas naturais e por atividades humanas, compreendendo que as alterações climáticas atuais são maioritariamente provocadas pela ação humanas;
- Reconhecer a ação humana e a produção de dióxido de carbono e de outros gases com efeitos de estufa, como principal causa do aquecimento global;
- Identificar estilos de vida, dietas alimentares e ações individuais que contribuam para a diminuição de gases com efeitos de estufa.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

TEMA: BIODIVERSIDADE

• Projeto: ANIMAIS EM PERIGO

:: Descrição

- Compreender a importância da biodiversidade para a preservação dos ecossistemas;
- Relacionar a ação humana com a extinção de várias espécies;
- Identificar ameaças atuais à biodiversidade;
- Incentivar comportamentos que promovam a conservação da natureza.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º e 2.º ciclos do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: INVASORES

:: Descrição

- Compreender a diferença entre espécies autóctones/endémicas, exóticas e invasoras;
- Relacionar a presença de espécies invasoras (animais e vegetais) com danos no ecossistema e na saúde pública;
- Reconhecer as principais espécies invasoras em meio urbano e potencialmente perigosas para a saúde e para os ecossistemas, nomeadamente a vespa velutina, a processionária (lagarta-do-pinheiro);
- Conhecer medidas preventivas e de combate às invasoras.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: OS AMIGOS DA HORTA

:: Descrição

- Identificar o que é a agricultura biológica;

- Identificar e reconhecer os impactos do uso de pesticidas, fertilizantes químicos e herbicidas para o planeta e para a saúde humana;
- Combate a pragas habituais;
- Familiarização com as principais técnicas de agricultura biológica.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e 2.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

TEMA: CONSUMO SUSTENTÁVEL E MOBILIDADE

• Projeto: OS SUPER-HERÓIS DE SUPERMERCADO

:: Descrição

- Sensibilizar para o conceito de consumo sustentável;
- Reconhecer a importância das escolhas do consumidor;
- Compreender o impacto ambiental de hábitos consumistas;
- Identificar e promover comportamentos responsáveis e informados no ato de consumo.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: À BOLEIA PARA O FUTURO

:: Descrição

- Promover modos de deslocação sustentáveis e seguros;
- Reconhecer a mobilidade como instrumento decisivo para a redução das emissões de carbono e gases com efeitos de estufa;
- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Reconhecer o peso do setor dos transportes no consumo energético total.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino

secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: TERRA: MANUAL DE UTILIZAÇÃO

:: Descrição

- Conceito de pegada ecológica e economia circular;
- Compreender a disponibilidade de recursos naturais finitos e renováveis;
- Relacionar as consequências do aumento da produção de resíduos com problemas ambientais;
- Compreender a importância da valorização de recursos para o planeta;
- Incentivar para a adoção de boas práticas de consumo e gestão de resíduos.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

TEMA: DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

• Projeto: AGENDA 2030

:: Descrição

- Introduzir o conceito de sustentabilidade;
- Conhecer a Agenda 2030;
- Compreender em que medidas práticas se traduzem os 17 ODS;
- Sublinhar a componente nacional dos planos de ação – ODS prioridade para Portugal.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

TEMA: ENERGIA

• Projeto: APAGA A LUZ

:: Descrição

- Compreender o conceito de energia e identificar as principais fontes de energia;
- Relacionar o consumo de energia com os seus impactos no ambiente;
- Identificar os principais impactos ambientais associados ao consumo de energia, nomeadamente o aquecimento global e a redução da disponibilidade dos recursos naturais;
- Identificar medidas práticas para promover a eficiência energética e reduzir o consumo de energia.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico.

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: BOA ENERGIA

:: Descrição

- Identificar as principais fontes de energia;
- Distinguir energia renovável e não renovável, valorizando a importância da transição energética;
- Identificar os principais impactos ambientais associados ao consumo de energia, nomeadamente o aquecimento global e a redução da disponibilidade dos recursos naturais;
- Reconhecer e valorizar a importância das energias renováveis;
- Compreender o conceito de eficiência energética e identificar boas práticas para um consumo de energia mais eficiente.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

TEMA: RESÍDUOS

• Projeto: REDUZIR, REUTILIZAR, RECICLAR

:: Descrição

- Reconhecer os ecopontos: verde, amarelo, azul, castanho, pilhão e oleão;
- Reconhecer conceitos como resíduos, reciclagem, redução e reutilização;
- Realização de jogo prático de identificação dos diferentes tipos de resíduos e colocação no respetivo “ecoponto”.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º e 2.º anos do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: FLUXOS ESPECÍFICOS DE RESÍDUOS

:: Descrição

- Reconhecer os diferentes pontos de deposição existentes e a importância do seu correto encaminhamento e valorização – óleo alimentar, monos, REEE, medicamentos;
- Reconhecer o contributo da reciclagem para a preservação dos recursos naturais;
- Identificar a problemática e as consequências do aumento da produção de resíduos;
- Promover a adoção de boas práticas ambientais;
- Promover o conceito de Desenvolvimento Sustentável.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: UM PROBLEMA À DERIVA – LIXO NOS OCEANOS

:: Descrição

- Sensibilizar para a importância dos oceanos e dos ecossistemas marinhos na preservação do planeta e no equilíbrio climático;
- Reconhecer o impacto dos plásticos e das beatas nos oceanos;
- Compreender de que forma os microplásticos afetam os ecossistemas marinhos e a saúde humana;
- Identificar medidas práticas para a reduzir o consumo de plástico e promover a utilização de alternativas mais sustentáveis.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: TERRA-A-TERRA

:: Descrição

- Reconhecer o que são biorresíduos e a importância da sua separação;
- Introdução ao conceito de desperdício alimentar;
- Diferentes tipos de degradação biológica – compostagem e digestão anaeróbia;
- Identificar o que é o biogás e reconhecê-lo como fonte de energia renovável;
- Composto – um fertilizante natural e um corretivo de solos.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

TEMA: AMBIENTE URBANO E CIDADANIA AMBIENTAL

• Projeto: POMBOS, ANIMAIS ERRANTES E DEJETOS CANINOS

:: Descrição

- Compreender a importância da adoção de comportamentos responsáveis na convivência com os animais em meio urbano;

- Reconhecer as consequências da alimentação de pombos, da existência de animais errantes e da falta de recolha dos dejetos caninos;
- Adotar boas práticas que promovam a saúde e higiene públicas, o bem-estar animal e a preservação do espaço público;
- Conhecer as medidas implementadas pelo Município para a gestão da população de pombos, o controlo e proteção dos animais errantes e os equipamentos disponíveis para a deposição adequada dos dejetos caninos.

:: Público-alvo:

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• Projeto: RUÍDO: CIDADES QUE SE OUVEM

:: Descrição

- Compreender o que é o ruído e distinguir sons agradáveis de ruído indesejado;
- Identificar as principais fontes de ruído no meio urbano;
- Reconhecer os impactos do ruído na saúde, no bem-estar e na qualidade de vida;
- Sensibilizar para a adoção de comportamentos que contribuam para a redução do ruído no quotidiano;
- Promover o respeito pelos outros e pelo ambiente sonoro, incentivando uma convivência mais harmoniosa nos diferentes espaços.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário

:: Serviço Promotor:

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

:: Contactos:

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO

• Projeto: FAZ A TUA CARTEIRINHA

:: Descrição

- Oficina de reutilização de embalagens;
- Introdução ao tema da reutilização;

- Transformação de pacote de leite/sumo numa carteirinha.

⚡ **Material necessário:**

Um pacote de leite/sumo 1L e tesoura por aluno/a.

⚡ **Público-alvo:**

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º e 2.º anos do 1.º ciclo do ensino básico.

⚡ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

⚡ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• **Projeto: ALIMENTADOR PARA AVES**

⚡ **Descrição**

- Oficina de reutilização;
- A realizar apenas nos meses de março, abril e maio
- Observar e identificar várias espécies urbanas de aves;
- Permitir que as aves se alimentem na natureza, contribuindo para a preservação das espécies.

⚡ **Público-alvo:**

Alunos/as de todos os anos de escolaridade.

⚡ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

⚡ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• **Projeto: ARMADILHA PARA VESPAS**

⚡ **Descrição**

- Oficina de reutilização de embalagens;
- Identificar a vespa velutina como espécie invasora;
- Reconhecer os malefícios da vespa velutina para a saúde pública e para os ecossistemas.

⚡ **Material necessário:**

1 garrafão de água e 2 garrafas de água por turma.

⚡ **Público-alvo:**

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo e do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e ensino secundário

⚡ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

⚡ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• **Projeto: HOTEL DE INSETOS**

⚡ **Descrição**

- Identificar o que é um hotel de insetos e qual a sua função;
- Reconhecer a importância dos insetos para a biodiversidade e para o equilíbrio dos ecossistemas;
- Identificar alguns insetos benéficos, como abelhas solitárias e joaninhas e compreender o seu papel na polinização e no controlo biológico de pragas;
- Conhecer os materiais utilizados na construção de um hotel de insetos e os cuidados necessários para a sua correta instalação e manutenção;
- Construção de um hotel de insetos.

⚡ **Público-alvo:**

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

⚡ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

⚡ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

OFICINA DE PLANTAÇÃO

• **Projeto: BOLAS DE SEMENTE**

⚡ **Descrição**

- Compreender a importância das flores silvestres na conservação da biodiversidade;
- Reconhecer o papel das flores silvestres na alimentação e proteção dos insetos polinizadores;
- Conhecer o conceito e a utilidade das bolas de sementes na criação e recuperação de espaços favoráveis à biodiversidade;
- Incentivar a participação ativa na proteção da natureza através da construção e dispersão de bolas de sementes.

⚡ **Público-alvo:**

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

⚡ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes - Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

☀ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

VISITAS

• **VIVEIROS MUNICIPAIS**

☀ **Descrição**

Identificação e plantação de espécies.

☀ **Público-alvo:**

Alunos/as do 3.º e 4.º anos do 1.º ciclo do ensino básico

☀ **Serviço Promotor:**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

☀ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt

• **A ESCOLA VAI AO PARQUE**

☀ **Descrição**

- Identificação de espécies (fauna e flora).

- A realizar apenas nos meses de março, abril e maio.

☀ **Locais:**

Parque Urbano do Rio da Costa, Parque das Rolas e Parque Integrado da Ribeirada. Esta atividade também pode decorrer no recinto escolar, se assim se justificar.

☀ **Público-alvo:**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico

☀ **Serviço Promotor:**

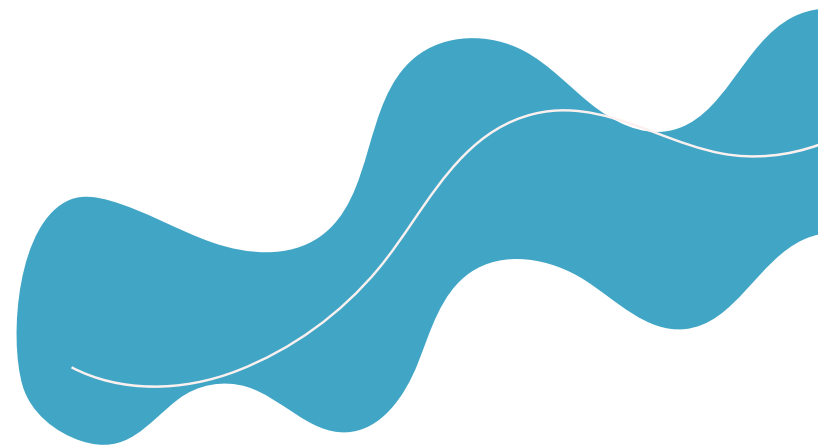
Departamento de Gestão Ambiental e Transportes – Gabinete de Desenvolvimento Sustentável, Alterações Climáticas e Sensibilização Ambiental

☀ **Contactos:**

Telefone: 219 320 870 | E-mail: dgat@cm-odivelas.pt



ANIMAIS



• PROJETO: COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DO ANIMAL

:: Descrição:

Evento anual que assinala o Dia Mundial do Animal através de um conjunto de atividades de sensibilização, educação e convívio, promovendo o respeito pelos animais, a proteção da biodiversidade e a preservação da natureza. A iniciativa pretende ainda divulgar boas práticas de bem-estar animal, incentivar a adoção responsável e dar a conhecer entidades, serviços e projetos ligados à causa animal, contribuindo igualmente para a dinamização social e económica do concelho de Odivelas.

:: Público-alvo:

População em geral

:: Serviço Promotor:

Serviço de Veterinário Municipal

:: Contactos:

Telefone: 219 320 840 | E-mail: svm@cm-odivelas.pt

• Projeto: REDE DE ESCOLAS E INSTITUIÇÕES AMIGAS DOS ANIMAIS

:: Descrição

Este projeto visa promover o bem-estar animal, a guarda responsável e a adoção de animais de companhia, contribuindo para a redução da população de animais errantes e para o aumento da integração familiar dos animais acolhidos no Parque dos Bichos. Podem aderir ao programa estabelecimentos de ensino e instituições públicas ou privadas de carácter social ou educativo que possuam ou pretendam adotar um animal de companhia (cão, gato, coelho, hamster, entre outros). As entidades participantes beneficiam de apoio médico-veterinário gratuito, de acordo com os serviços disponibilizados pelo Consultório Veterinário Municipal, bem como de ações de informação e sensibilização sobre saúde, bem-estar animal, comportamento, guarda responsável e legislação aplicável.

:: Público-alvo:

Comunidade educativa e instituições de carácter social

:: Serviço Promotor:

Serviço de Veterinário Municipal

:: Contactos:

Telefone: 219 320 840 | E-mail: svm@cm-odivelas.pt

• Projeto: VISITAS AO CORACO – “UM DIA NO CANIL”

:: Descrição

Esta iniciativa proporciona à comunidade uma experiência de contacto direto com

a realidade do Centro de Recolha Oficial de Animais de Companhia (CORACO), sensibilizando para a importância da proteção e do bem-estar animal. As visitas pretendem promover a responsabilidade cívica, prevenir o abandono e incentivar a adoção responsável, dando a conhecer o trabalho desenvolvido na recolha, tratamento, recuperação e encaminhamento dos animais para novas famílias.

:: Público-alvo:

Comunidade educativa e população em geral

:: Serviço Promotor:

Serviço de Veterinário Municipal

:: Contactos:

Telefone: 219 320 840 | E-mail: svm@cm-odivelas.pt

• Projeto: SENSIBILIZAÇÃO ESCOLAR SOBRE ANIMAIS DE COMPANHIA

:: Descrição

O Serviço de Veterinária Municipal promove ações de sensibilização dirigidas a crianças e jovens, realizadas no Parque dos Bichos ou nas próprias escolas, mediante solicitação. Estas iniciativas têm como objetivo promover o respeito pelos animais desde a infância, incentivar a guarda responsável e sensibilizar para a prevenção do abandono e dos maus-tratos. Durante as sessões são abordados temas como o funcionamento do Parque dos Bichos, os cuidados essenciais de saúde e bem-estar, a identificação eletrónica, a esterilização, a legislação em vigor, os deveres dos detentores de animais e a importância da adoção responsável. Sempre que possível, os/as participantes têm oportunidade de contactar com cães disponíveis para adoção.

:: Público-alvo:

Comunidade educativa

:: Serviço Promotor:

Serviço de Veterinário Municipal

:: Contactos:

Telefone: 219 320 840 | E-mail: svm@cm-odivelas.pt

• Projeto: CÃOMINHADAS

:: Descrição

As Cãominhadas promovem momentos de convívio entre pessoas e os seus cães, incentivando estilos de vida saudáveis e reforçando a importância da guarda responsável. A iniciativa sensibiliza para comportamentos adequados na utilização dos espaços públicos, nomeadamente a recolha dos dejetos caninos, o respeito pelos restantes utilizadores e a socialização positiva dos animais. As Cãominhadas

constituem igualmente uma oportunidade para divulgar o trabalho desenvolvido pelo Parque dos Bichos e promover a adoção responsável dos animais aí acolhidos.

:: **Público-alvo:**

Comunidade escolar e população em geral

:: **Serviço Promotor:**

Serviço de Veterinário Municipal

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 840 | E-mail: svm@cm-odivelas.pt

• **Projeto: PROGRAMA DO URBANO AO RURAL**

:: **Descrição**

Serviço gratuito de visitas de estudo à exploração agropecuária da Escola Profissional Agrícola D. Dinis – Paiã, destinado a crianças da educação pré-escolar e alunos/as do Ensino Básico. Tem como objetivo aproximar os/as alunos/as da realidade rural e da vida animal, promovendo o contacto direto com o meio agrícola e a sensibilização para o bem-estar animal.

:: **Público-alvo:**

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do ensino básico

:: **Serviço Promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt



ATIVIDADE FÍSICA
E DESPORTIVA

• PROJETO: BRINCAR A MEXER

:: Descrição:

Consiste na lecionação de aulas de Educação Física em coadjuvação com o/a educador/a, utilizando preferencialmente os espaços exteriores da escola, aproveitando as condições específicas e ambientais de cada estabelecimento. As aulas decorrem semanalmente e têm a duração de 45 minutos.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar

:: Serviço promotor:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

:: Contactos:

Telefone: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

• Projeto: PAUSAS ATIVAS

:: Descrição:

Dinamização de sessões de exercício físico de curta duração realizados durante as aulas, com o objetivo de reduzir o sedentarismo, prevenir comportamentos desviantes, melhorar a concentração e promover o bem-estar dos/as alunos/as. Criação de documentos/vídeos de apoio com as tarefas a desenvolver para poderem ser replicados pelo/a professor/a.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

:: Contactos:

Telefone: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

• Projeto: ODIBICLA NA ESCOLA

:: Descrição:

Programa de promoção da mobilidade sustentável e da prática do ciclismo junto dos/as alunos/as do 1.º ciclo, ensinando a andar de bicicleta, promovendo a segurança rodoviária e incentivando hábitos de deslocação ecológicos e saudáveis.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

:: Contactos:

Telefone: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

• Projeto: DESPORTO NA ESCOLA

:: Descrição:

Programa municipal que promove a prática desportiva junto dos/as alunos/as, divulgando a oferta desportiva existente no concelho, através da dinamização de atividades e competições com a colaboração de clubes e associações desportivas.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

:: Contactos:

Telefone: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt

• Projeto: JOGOS DESPORTIVOS ESCOLARES

:: Descrição:

Conjunto de eventos desportivos realizados para celebrar as atividades físicas e desportivas desenvolvidas durante o ano letivo por todos os intervenientes educativos, em contexto curricular e de Atividades de Enriquecimento Curricular.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

:: Contactos:

Telefone: 219 320 990 | E-mail: desporto@cm-odivelas.pt



BIBLIOTECA MUNICIPAL

• Projeto: BIBLIOFÓLIO VAI À ESCOLA

:: Descrição:

Promoção da leitura em JI sem biblioteca escolar.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar

:: Serviço Promotor:

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: Contactos:

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• Projeto: EDUCAR, FORMAR, SABER MAIS

:: Descrição:

Oficinas de literacia e formação de adultos.

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino noturno

:: Serviço Promotor:

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: Contactos:

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• Projeto: EXPOSIÇÕES

:: Descrição:

Mostras culturais e artísticas no átrio.

:: Público-alvo:

Público em geral

:: Serviço Promotor:

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: Contactos:

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• Projeto: HORA DO CONTO (Odivelas e Polo de Caneças)

:: Descrição:

Contos dramatizados de promoção da leitura.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço Promotor:

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: Contactos:

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• **Projeto: VISITAS GUIADAS**

:: **Descrição:**

Apresentação dos espaços e serviços da biblioteca.

:: **Público-alvo:**

Comunidade Escolar, AAAF's e Associações

:: **Serviço Promotor:**

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• **Projeto: CONCURSO MUNICIPAL DE LEITURA “SENTIR A LER”**

:: **Descrição:**

Concurso de leitura para escolas do concelho.

:: **Público-alvo:**

Rede Escolar de Odivelas

:: **Serviço Promotor:**

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• **Projeto: FUNTASIA**

:: **Descrição:**

Evento dedicado à literatura fantástica.

:: **Público-alvo:**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e público geral

:: **Serviço Promotor:**

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• **Projeto: BIBLIOTECA DOS MUNDOS VIVOS (Polo de Caneças)**

:: **Descrição:**

Integração de várias componentes que conciliam leitura, narrativa e jogo (Role Play Game).

:: **Público-alvo:**

Jovens (12+) e jovens adultos

:: **Serviço Promotor:**

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt

• **Projeto: SABE – SERVIÇO DE APOIO ÀS BIBLIOTECAS ESCOLARES**

:: **Descrição:**

Organização das bibliotecas escolares, criação do catálogo coletivo da Rede Concelhia de Bibliotecas Escolares de Odivelas.

:: **Público-alvo:**

Professores/as Bibliotecários/as

:: **Serviço Promotor:**

Biblioteca Municipal D. Dinis

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 770 | E-mail: bmdd@cm-odivelas.pt



COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS

• Projeto: AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO

:: Descrição:

A Câmara Municipal de Odivelas promove um conjunto diversificado de ações de informação, sensibilização e capacitação dirigidas aos/as alunos/as, com o objetivo de apoiar o seu desenvolvimento pessoal, social e académico. Estas iniciativas abordam temas fundamentais para a infância e a juventude, nomeadamente a adoção de hábitos de sono saudáveis, a prevenção do bullying, a utilização segura e responsável das redes sociais e dos meios digitais, entre outras áreas essenciais para o bem-estar e a formação integral das crianças e dos/as jovens. Através destas ações, pretende-se reforçar a promoção da saúde, do equilíbrio emocional e do sucesso educativo, contribuindo para a criação de contextos escolares mais inclusivos, seguros e promotores de bem-estar. O objetivo é proporcionar condições favoráveis a um desenvolvimento harmonioso e sustentável, estimulando aprendizagens significativas e competências essenciais para a vida.

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• Projeto: PROJETO HIPOTERAPIA DE ODIVELAS

:: Descrição:

Através deste projeto, desenvolve-se um programa cuja estratégia assenta numa base diferenciadora, os Serviços Assistidos com Equinos (SAE). É uma intervenção com objetivos definidos que inclui a presença/participação ativa do cavalo, nas áreas da saúde, educação e atividades equestres, com a finalidade de proporcionar benefícios terapêuticos, para fins motivacionais e educativos. Conta com uma equipa de técnicos/as especializados/as nas diferentes áreas de atuação. Em funcionamento desde o ano 2009, resultado de uma parceria entre a Câmara Municipal de Odivelas e Escola Profissional Agrícola D. Dinis-Paiã.

:: Público-alvo:

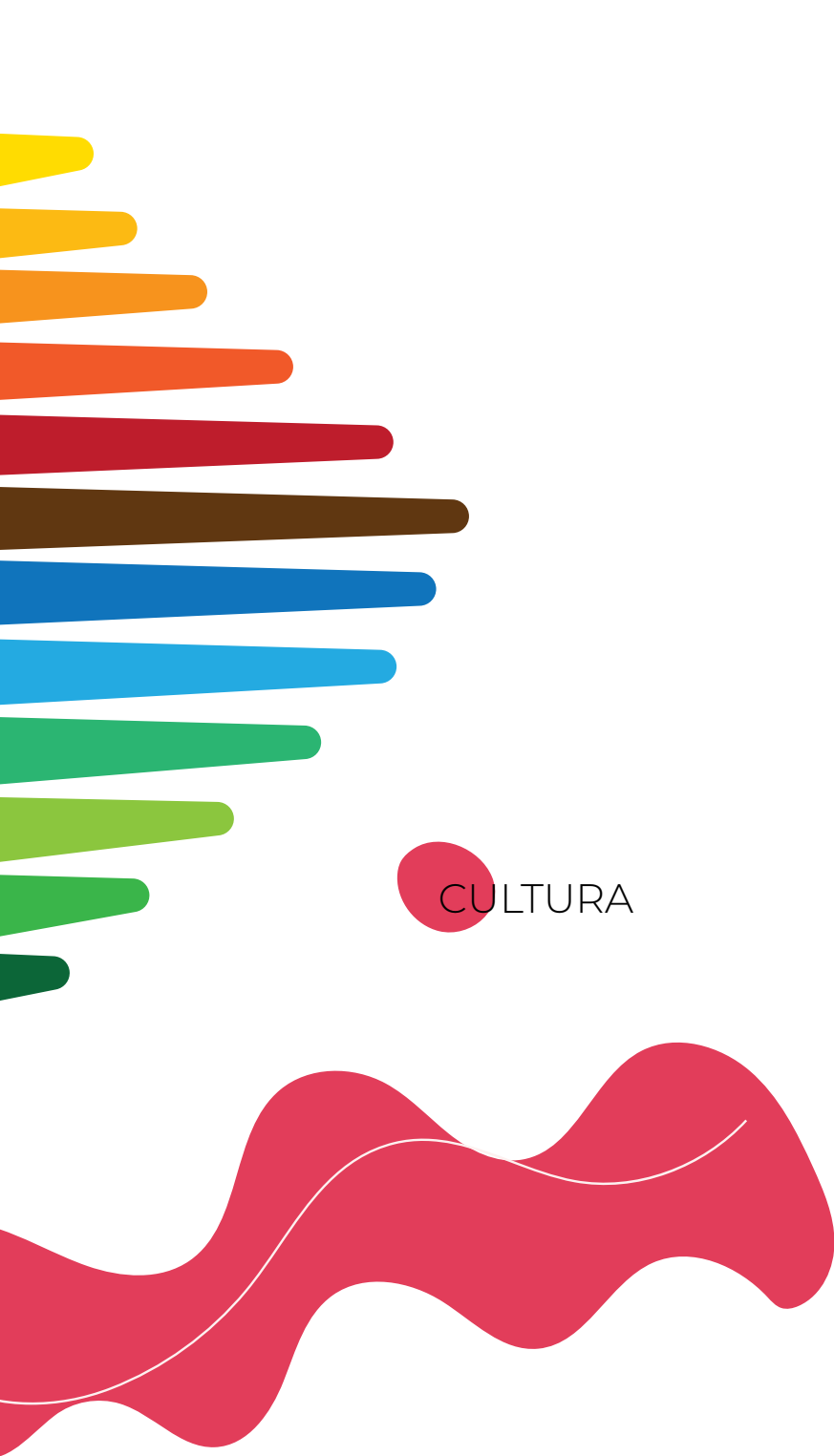
Alunos/as com Necessidades de Saúde Especiais (NSE), integrados/as nos Centros de Apoio à Aprendizagem (CAA)

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt



CULTURA

• Projeto: PLANO DE ADAPTAÇÃO ÀS ARTES

:: Descrição:

O papel das artes na educação tem vindo a ser valorizado, sendo inclusivamente enfatizado no Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, espelhando a necessidade de uma escola inclusiva, promotora de melhores aprendizagens para todos/as. Nesta perspetiva, é intenção do Município de Odivelas garantir que todas as crianças que frequentam as escolas do Concelho tenham acesso de forma gratuita a experiências de arte e cultura. Assim, pretende-se dar a conhecer o conceito de arte nas suas diferentes dimensões e expressões, proporcionando a participação em atividades práticas de cariz cultural e artístico, consciencializando para o valor do património cultural e artístico como promotor da formação integral do cidadão e da cidadã.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e e alunos/as do 1.º Ciclo do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• Projeto: AQUEDUTO DO OLIVAL DO SANTÍSSIMO – TROÇO SUBSIDIÁRIO DO AQUEDUTO DAS ÁGUAS LIVRES

:: Descrição:

Localizado em Caneças, o Aqueduto Subsidiário do Olival do Santíssimo é mandado construir no reinado de D. Maria, em finais do séc. XVIII, para aumentar o caudal da água do Aqueduto das Águas Livres que serve Lisboa. Este é um troço de captação de água, com 4km de extensão até à Mãe de Água Velha, em Belas. O percurso de 300m, é feito no exterior e interior do Aqueduto, onde se explica a escolha deste local, como era feita a captação da água, o seu transporte e distribuição nos vários chafarizes em Lisboa. É ainda abordada a forma de controlo da qualidade da água no séc. XVIII e a evolução da sua análise e tratamento até aos nossos dias. Pelo percurso, os/as participantes vão conhecendo algumas curiosidades sobre o Aqueduto e as razões que levaram este Monumento Nacional a concorrer a Património Mundial da Humanidade.

:: Local: Aqueduto Subsidiário do Olival do Santíssimo | Caneças

:: Calendarização: terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 | Ensino noturno – maio e junho às 19h00

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico, ensino secundário e ensino noturno, bem como grupos organizados.

:: Serviço promotor:

Divisão de Cultura e Turismo

:: Contactos para inscrição:

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• Projeto: VISITAS ORIENTADAS ÀS EXPOSIÇÕES

:: Descrição:

Visita guiada às exposições patentes com opção de um atelier no final da visita.

:: Local: Centro de Exposições Odivelas | Odivelas

:: Calendarização: terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 | Ensino noturno às 19h00

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º, 2.º e 3.º ciclos do ensino básico, ensino secundário e ensino noturno, bem como grupos organizados

:: Serviço Promotor:

Divisão de Cultura e Turismo

:: Contactos para marcação de visita:

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• Projeto: À DESCOBERTA DA ARTE

:: Descrição:

Visita interativa às exposições patentes no Centro de Exposições de Odivelas. A visita culmina com a realização de um atelier.

:: Local: Centro de Exposições Odivelas | Odivelas

:: Calendarização: terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico, bem como grupos organizados

:: Serviço Promotor:

Divisão de Cultura e Turismo

:: Contactos para marcação de visita:

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• Projeto: VISITA AO CENTRO HISTÓRICO

:: Descrição:

Visita com passeio pelo centro histórico, ao Memorial de Odivelas, à Igreja Matriz de Odivelas / Igreja do Santíssimo Nome de Jesus, à Biblioteca Municipal D. Dinis e à

Quinta da Memória/Quinta do Arcebispo. Pretende-se assim promover e divulgar o património do concelho, artisticamente notável, reconhecendo a evolução cronológica e histórica dos monumentos mais emblemáticos do concelho.

:: Calendarização: terça, quarta e sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino básico.

:: Serviço Promotor:

Divisão de Cultura e Turismo

:: Contactos e inscrição:

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

**• Projeto: BICAS – UMA HISTÓRIA SOBRE A ÁGUA
– ATELIER DE LEITURA E VISITA ORIENTADA**

:: Descrição:

O Centro Interpretativo das Águas de Caneças (CIAC) tem como objetivos, por um lado promover a preservação do património histórico das águas de Caneças e a forma como este influenciou os usos e costumes da comunidade local, e por outro lado, sensibilizar para as problemáticas relacionadas com a importância da água e a sua sustentabilidade. Após uma visita guiada ao CIAC, os/as alunos/as são convidados/as a participar numa leitura coletiva do livro Bicas - Uma história sobre a Água, que termina com uma canção alusiva à edição.

:: Calendarização: terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

:: Local: Centro Interpretativo das Águas de Caneças | Caneças

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico, bem como grupos organizados

:: Serviço Promotor:

Divisão de Cultura e Turismo

:: Contactos e inscrição:

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• Projeto: CIENTISTAS POR UM DIA – VISITA ORIENTADA

:: Descrição:

Após uma visita guiada ao CIAC, os/as participantes são convidados/as a participar numa atividade demonstrativa de contaminação de solos. A agricultura sustentável está diretamente relacionada com a preservação e conservação dos solos. O uso inadequado de produtos químicos torna-se um perigo para a contaminação das terras onde os mesmos são aplicados e essa contaminação de solos vem por sua vez

contaminar a água que bebemos. Será este o ponto de partida para a observação desta experiência que em conjunto com a visita guiada pretende por um lado promover a preservação do património histórico das águas de Caneças e em simultâneo alertar para a preservação da água e a sustentabilidade do planeta.

⚡ **Calendarização:** terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 | Ensino noturno às 19h00

⚡ **Local:** Centro Interpretativo das Águas de Caneças | Caneças

⚡ **Público-alvo:**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico, ensino secundário e ensino noturno, bem como grupos organizados

⚡ **Serviço Promotor:**

Divisão de Cultura e Turismo

⚡ **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• **Projeto: TRIGO, FARINHA E PÃO: O CICLO DA TRANSFORMAÇÃO**

⚡ **Descrição:**

O que é um moinho?

Como se fabrica o pão?

Através de uma visita ao Moinho da Laureana, é explicado aos mais novos, o ciclo do pão, os vários tipos de cereais que existem e o processo da transformação do cereal em farinha.

⚡ **Calendarização:** terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

⚡ **Local:** Moinho da Laureana | Famões

⚡ **Público-alvo:**

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do ensino básico

⚡ **Serviço Promotor:**

Divisão de Cultura e Turismo

⚡ **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• **Projeto: TEATRO DE FANTOCHES: O REI D. DINIS ESTÁ EM ODIVELAS**

⚡ **Descrição:**

Visita orientada ao Mosteiro de Odivelas com a apresentação de uma peça de teatro de fantoches sobre a vida do Rei D. Dinis e da Rainha Sta. Isabel. Segundo a lenda, em 1295, D. Dinis mandou erguer o Mosteiro de Odivelas, após ter sobrevivido ao ataque de um urso.

É desta forma que a história do teatro de fantoches termina e onde começa a visita a este Monumento Nacional com grande significado histórico e cultural, tanto para

Odivelas como para o País.

⚡ **Calendarização:** terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

⚡ **Local:** Mosteiro de Odivelas | Odivelas

⚡ **Público-alvo:**

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico, bem como grupos organizados

⚡ **Serviço Promotor:**

Divisão de Cultura e Turismo

⚡ **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• **Projeto: VISITA ORIENTADA – DESCOBRIR O MOSTEIRO DE ODIVELAS**

⚡ **Descrição:**

Mandado construir pelo Rei D. Dinis, em 1295, o Mosteiro de Odivelas é um Monumento Nacional com grande significado histórico e cultural, tanto para Odivelas como para o País.

Abrir as portas do Mosteiro de Odivelas ao público escolar é visitar espaços mágicos do nosso passado secular com mais de 700 anos de história, onde todos os nossos sentidos serão despertados e a curiosidade aguçada. Cada visita é única, fazendo com que a valorização do património cultural concelhio seja um dos grandes objetivos destas visitas.

⚡ **Calendarização:** terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 | Ensino noturno às 19h00

⚡ **Local:** Mosteiro de Odivelas | Odivelas

⚡ **Público-alvo:**

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do ensino básico, ensino secundário e ensino noturno, bem como grupos organizados

⚡ **Serviço Promotor:**

Divisão de Cultura e Turismo

⚡ **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• **Projeto: UM OLHAR SOBRE O 25 DE ABRIL: DOS ANTECEDENTES À REVOLUÇÃO – VISITA ORIENTADA**

⚡ **Descrição:**

Localizado nas instalações do Quartel da Pontinha, neste Monumento Nacional estiveram reunidos, de 24 a 26 de abril de 1974, os oficiais que comandaram todas as operações da Revolução do 25 de Abril, permitindo que o nosso país passasse de uma ditadura para uma democracia.

Este marco importante da nossa história contemporânea é o ponto de partida para as visitas orientadas ao Posto de Comando do Movimento das Forças Armadas, procurando-se não apenas a valorização do local, mas também abordar a forma como se vivia antes da Revolução e a importância que este local histórico teve para a concretização da Revolução dos Cravos.

:: **Calendarização:** terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30 | Ensino noturno às 19h00

:: **Local:** Posto de Comando do Movimento das Forças Armadas | Pontinha

:: **Público-alvo:**

Alunos/as do ensino básico, ensino secundário e ensino noturno, bem como grupos organizados

:: **Serviço Promotor:**

Divisão de Cultura e Turismo

:: **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 800 | E-mail: cultura@cm-odivelas.pt

• **Projeto: VISITAS ORIENTADAS AO MOSTEIRO DE ODIVELAS**

:: **Descrição:**

Visitas orientadas aos sábados à tarde

:: **Calendarização:**

verão (julho a outubro), às 16h00 e às 17h30

inverno (novembro e dezembro), às 15h00 e às 16h30

:: **Público-alvo:**

Público em geral

:: **Serviço Promotor:**

Gabinete de Investigação e Promoção do Mosteiro de Odívalas

:: **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 942 | E-mail: visitas.mosteirodeodivelas@cm-odivelas.pt

• **Projeto: VISITAS ORIENTADAS AO MOSTEIRO DE ODIVELAS**

– **VISITAS ORIENTADAS TEMÁTICAS (UM DOMINGO POR MÊS)**

:: **Descrição:**

Visitas orientadas temáticas um domingo por mês, com diferentes temáticas: Azulejos, Pintura, Sepulturas, Conservação e Restauro, Túmulos de D. Dinis e Infante, Sistema Hidráulico, Arqueologia, entre outros.

:: **Calendarização:** Todos os meses, exceto no mês de agosto

:: **Público-alvo:**

Público em geral

:: **Serviço Promotor:**

Gabinete de Investigação e Promoção do Mosteiro de Odívalas

:: **Contactos e inscrição:**

Telefone: 219 320 942 | E-mail: visitas.mosteirodeodivelas@cm-odivelas.pt



EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA

• Projeto: PLANO DE AÇÃO EDUCATIVA 2026/2027

:: Descrição:

Tem sido apanágio do Serviço Municipal de Proteção Civil apostar numa sensibilização da população em termos de segurança e de Proteção Civil. cremos por isso que cada indivíduo, como membro ativo da sociedade, deve fazer valer o seu papel de agente de Proteção Civil participando em todo o sistema. A melhor forma de cada um/a poder intervir, é em primeiro lugar, estar bem informado no que respeita aos riscos existentes e aos procedimentos a ter caso cada um deles aconteça. É aqui que a Proteção Civil tem um papel fundamental, na medida em que depende dela a veiculação da informação que dotará a população de conhecimentos básicos, permitindo a sua autoproteção e até prestação de socorro a quem dele necessite.

:: Temáticas:

Planos de Emergência, Sismos, Cheias, Raposa Chama, Primeiros Socorros, Alterações Climáticas, Segurança na Praia, Perigo em Espaços Públicos, Acidentes Domésticos.

:: Público-alvo:

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

:: Serviço promotor:

Serviço Municipal de Proteção Civil

:: Contactos:

Telefone: 219 320 895 | E-mail: prcivil@cm-odivelas.pt

• Projeto: CONCURSO ESCOLA MAIS RESILIENTE

Concurso Escola Mais Resiliente – Pretende desafiar toda a comunidade escolar a participar ativamente na construção de um concelho mais preparado para responder a situações de acidente grave ou catástrofe.

Este concurso é dirigido a todas as escolas públicas do concelho e tem com objetivo de promover a participação nas suas ações de sensibilização, premiando a escola que cumulativamente tenha recebido maior número de ações de sensibilização, de acordo com o exposto no seu regulamento.

:: Público-alvo:

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

:: Serviço promotor:

Serviço Municipal de Proteção Civil

:: Contactos:

Telefone: 219 320 895 | E-mail: prcivil@cm-odivelas.pt

• Projeto: JOGO SOS – ODIVELAS

:: Descrição:

Jogo da Glória direcionado para as temáticas da Proteção Civil, promovendo através de um jogo a sensibilização para os riscos a que estamos sujeitos e ensinar as medidas de autoproteção gerais de prevenção.

:: Público-alvo:

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

:: Serviço promotor:

Serviço Municipal de Proteção Civil

:: Contactos:

Telefone: 219 320 895 | E-mail: prcivil@cm-odivelas.pt

• Projeto: AÇÕES DE INFORMAÇÃO E CAPACITAÇÃO SOBRE AS PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM ABRIGO

:: Descrição:

Sessão de sensibilização, com uma duração de 45 minutos, destinada a promover o combate ao estigma associado à condição de sem abrigo, dando a conhecer e refletindo sobre as causas estruturais das Pessoas em Situação de Sem Abrigo (PSSA). Pretende ainda potenciar o desenvolvimento cívico dos/as jovens, despertando-os/as para a importância da participação ativa e do voluntariado.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 10.º ano de escolaridade

:: Serviço promotor:

Divisão de Recursos Sociais / Rede Social

:: Contactos:

Telefone: 219 320 309 | E-mail: rede.social@cm-odivelas.pt

• Projeto: PROJETO SER SEGURO

:: Descrição:

Atuar cedo, junto das crianças, fazendo da Educação Rodoviária estratégia, por excelência, na prevenção da sinistralidade, na medida em que esta constitui um processo pedagógico e contínuo de interiorização de comportamentos, atitudes e valores para uma inserção segura no trânsito, é a chave para um futuro mais seguro. Neste âmbito e considerando que um ambiente rodoviário seguro representa um dos principais indicadores a privilegiar na qualificação urbana e ambiental, o Município de Odivelas desenvolve, desde o ano de 2003, o Projeto de Educação Rodoviária na Educação Pré-escolar e 1.º Ciclo do Ensino Básico, atualmente designado por Projeto Ser Seguro.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• Projeto: DIZ NÃO À DISCRIMINAÇÃO

:: Descrição:

A discriminação ocorre sempre que uma pessoa ou um grupo de pessoas é prejudicado, através de comportamentos e ações ou omissões, muitas vezes com base em estereótipos. Este fenómeno, presente em diferentes contextos e áreas da sociedade, apresenta várias consequências negativas e bastantes prejudiciais, sendo a sua prevenção e combate, essenciais para garantir o respeito pelos direitos humanos e pelos princípios que regem a nossa sociedade. A prevenção e o combate à discriminação assentam, também, na sensibilização e na consciencialização sobre esta problemática. Neste sentido, a sessão “Diz Não à Discriminação”, com uma duração de 60 minutos, visa promover a reflexão, de uma forma dinâmica, sobre os conceitos da “Igualdade” e da “Discriminação”, promovendo a reflexão dos alunos e das alunas sobre as temáticas. Foca um aspeto particular da discriminação, a interseccionalidade, e de que forma este fenómeno pode afetar alguns grupos mais vulneráveis na sociedade. Enfatiza o seu papel ativo face à prevenção e ao combate da discriminação, desafiando os/as seus/suas participantes a desenvolverem e a exercerem a sua cidadania de forma plena.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 9.º ano de escolaridade e do ensino secundário

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: dpeic@cm-odivelas.pt

• Projeto: CIDADANIA: IDENTIDADE E EXPRESSÃO

:: Descrição:

A prevenção da discriminação é essencial para garantir o respeito pelos direitos humanos, a igualdade de oportunidades e a dignidade de todas as pessoas. A discriminação, e em concreto a discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de género e características sexuais (OIEC), pode ocorrer em diversas situações do quotidiano, de forma explícita ou mais insidiosa, contudo

as suas consequências são sempre prejudiciais para as suas vítimas. A sessão “Cidadania: Identidade e Expressão”, visa através da sensibilização e da informação prevenir e combater comportamentos discriminatórios, através do esclarecimento de vários conceitos no âmbito da temática OIEC. Esta sessão, tem uma duração de 60 minutos, durante os quais, num formato dinâmico, os alunos e as alunas são desafiados a refletir sobre a temática, e sobre a importância da prevenção e combate à discriminação, para a construção de uma sociedade mais justa e coesa.

:: **Público-alvo:**

Alunos/as do ensino secundário

:: **Serviço promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 350 | E-mail: dpeic@cm-odivelas.pt

• **Projeto: A FAMÍLIA E A ESCOLA**

:: **Descrição:**

Sessão de sensibilização sobre a importância da participação e o envolvimento ativo das famílias na vida escolar das crianças e jovens. A sessão tem uma duração média de 60 minutos e dirige-se a encarregados/as de educação de crianças e jovens migrantes, que se encontrem a frequentar a rede escolar pública do concelho. Esta sessão visa informar e aumentar a capacidade de participação ativa das famílias na vida escolar dos/as alunos/as migrantes, promovendo a sua integração na sociedade de acolhimento. Entre os conteúdos abordados, são apresentadas algumas atividades, mecanismos e instrumentos de participação, que as famílias e em particular os/as encarregados/as de educação, podem realizar/utilizar de modo a acompanharem e o percurso escolar dos/as alunos/as.

:: **Público-alvo:**

Encarregados/as de educação de crianças e jovens migrantes (Nacionais de Países Terceiros - NPT)

:: **Serviço promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 350 | E-mail: dpeic@cm-odivelas.pt

• **Projeto: Violência no Namoro**

:: **Descrição:**

Esta ação visa promover a construção de relações afetivas saudáveis, assentes no respeito, na igualdade e no consentimento. Através da sensibilização e da reflexão

crítica, procura capacitar os jovens para reconhecer sinais de violência no namoro, desconstruir crenças que a legitimam e conhecer estratégias de prevenção e recursos de apoio, contribuindo para a promoção do bem-estar e de uma cultura de não violência.

:: **Público-alvo:**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclo do ensino básico e do Ensino Secundário ou Profissional

:: **Serviço promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 350 | E-mail: dpeic@cm-odivelas.pt

• **PROGRAMA DE APOIO ASSOCIATIVO DE PAIS E ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO (PAAPEE)**

:: **Descrição:**

Considerando a participação e envolvimento dos pais e encarregados de educação nas escolas como essenciais para o desenvolvimento do seu projeto educativo e qualidade da oferta educativa, a Câmara Municipal de Odívetas promove o Programa de Apoio Associativo de Pais e Encarregados de Educação (PAAPEE). Este programa, anual, operacionaliza-se através das medidas de apoio financeiro, logístico, transporte e técnico, respeitando as Normas de candidatura e mediante preenchimento dos formulários concebidos para as diferentes medidas de apoio.

:: **Público-alvo:**

Associações de Pais e Encarregados de Educação (APEE) dos estabelecimentos de educação pré-escolar e do ensino básico, secundário e profissional da rede pública, legalmente constituídas e sedeadas no Município de Odívetas e a Federação das Associações de Pais e Encarregados de Educação do Concelho de Odívetas (FAPODÍVEL).

:: **Serviço promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: **Contactos:**

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt



INFÂNCIA E JUVENTUDE

• **Projeto: PROGRAMA CYBERSEGUR@ – CAI NA REAL, PROTEGE-TE NO VIRTUAL**

:: Descrição:

No século XXI, a *internet* tornou-se um serviço essencial à vida em sociedade, assumindo um papel central tanto na organização dos Estados como no quotidiano dos cidadãos e cidadãs. O acesso e a utilização deste meio são hoje reconhecidos, ainda que de forma não formal, como elementos fundamentais para o exercício pleno de direitos e liberdades, individuais e coletivas. Por isso, espera-se que a navegação online decorra de forma livre, segura, inclusiva e sem discriminação, garantindo sempre a proteção dos direitos fundamentais dos/as utilizadores/as. Consciente da crescente presença do digital na vida dos/as jovens do concelho, a Câmara Municipal de Odivelas tem vindo a implementar, desde o ano letivo 2021/2022, o *Programa Cybersegur@ – Cai na Real, Protege-te no Virtual*. Esta iniciativa procura desenvolver competências de literacia e cidadania digital, prevenir o *cyberbullying* e sensibilizar para os riscos e fenómenos associados à criminalidade em ambiente online, promovendo uma utilização mais segura e responsável da *Internet*.

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• **Projeto: MOSTRA DE OFERTAS PROFISSIONAIS E EDUCATIVAS (MOPE)**

:: Descrição:

A Mostra de Ofertas Profissionais e Educativas (MOPE) afirma-se como um espaço de referência para a informação e orientação vocacional, promovendo escolhas académicas e profissionais mais conscientes, informadas e seguras junto das gerações mais jovens. Paralelamente, é desenvolvido o *E-book* MOPE, uma ferramenta que reúne e divulga as ofertas educativas das escolas públicas do Concelho de Odivelas, bem como outras oportunidades formativas e profissionais disponíveis na Área Metropolitana de Lisboa. Esta iniciativa visa apoiar alunos/as, docentes, técnicos/as e famílias no processo de exploração e conhecimento das diferentes opções de formação, contribuindo para uma tomada de decisão mais esclarecida relativamente ao percurso académico, pessoal e profissional dos/as jovens.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 8.º e 9.º anos do 3.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• Projeto: GABINETE ORIENTA-TE!

:: Descrição:

Serviço de apoio, aconselhamento e orientação gratuito, mediante marcação prévia, destinado a jovens, residentes, estudantes ou trabalhadores no Concelho de Odivelas. Valências: Apoio Psicológico; Educação Sexual; Emprega-te (Orientação para o emprego e formação profissional); Orienta o teu estudo.

:: Objetivos:

- Promover a autonomia, o autoconhecimento e o desenvolvimento de competências pessoais e sociais;
- Fomentar o desenvolvimento social, emocional e psicológico, fortalecendo os laços familiares e os vínculos interpessoais;
- Promover a saúde mental, o bem-estar, a inclusão e o sentimento de pertença dos/as jovens;
- Assegurar à população jovem, acesso a informação indispensável que vise a adoção de comportamentos e decisões responsáveis no âmbito da educação sexual;
- Esclarecer dúvidas nas áreas da contraceção e questões de saúde reprodutiva, contribuindo para prevenir infeções sexualmente transmissíveis e/ou uma gravidez indesejada, entre outros;
- Delinear um plano de medidas de combate ao desemprego jovem, através da formação profissional, desenvolvimento do empreendedorismo individual, preparação do curriculum vitae e candidatura a emprego, entre outros;
- Realizar intervenção na área orientação vocacional, dando resposta às necessidades e dificuldades de decisão dos/as jovens relativamente ao seu futuro profissional e académico;
- Contribuir para o processo de escolha da profissão e para um primeiro contacto com a realidade laboral;
- Desenvolver competências socioemocionais, promover o comportamento pró-social, a integração plena na sociedade e a participação ativa, competências de cidadania, solidariedade social e valores éticos;
- Promover o sucesso escolar e/ou profissional dos/as jovens;
- Criar espaços de partilha de informação e de experiência dentro do espaço escolar;
- Fornecer ferramentas de métodos de estudo eficazes e de planeamento, organização e gestão do tempo e responder a necessidades específicas apresentadas pelos/as jovens;
- Fornecer estratégias de gestão da ansiedade, no sentido de melhorar o resultado

nos exames escolares.

:: Público-alvo:

Jovens dos 12 aos 35 anos que residem, estudem ou trabalhem no Concelho de Odivelas

:: Serviço promotor:

Gabinete de Juventude

:: Contactos:

Telefone: 219 320 480 | E-mail: juventude@cm-odivelas.pt

• Projeto: CAPACITA-TE

:: Descrição:

Ciclo de *workshops*/palestras que visa promover a cidadania ativa e dar resposta aos desafios atuais da juventude, através de metodologias de educação não formal. Os temas a abordar resultam da auscultação de jovens participantes em edições anteriores, da consulta às direções dos Agrupamentos de Escolas e das Escolas Não Agrupadas, bem como da identificação de temáticas atuais relevantes para a juventude.

Nesse sentido, para o ano letivo 2026/2027 prevê-se realizar workshops com os seguintes temas:

- Saúde Mental e Bem Estar Psicológico – outubro 2026 – Dia Mundial da Saúde Mental;
- Sem drama: Como Resolver Conflitos sem Perder a Cabeça – novembro 2026 – Dia Internacional da Tolerância;
- Sexualidade na Adolescência – dezembro 2026 – Dia Mundial de Luta Contra a Sida;
- Pegada Digital e Cibersegurança – janeiro 2027 – Dia Europeu da Proteção de Dados;
- Dia de São Valentim: A Química dos Afetos – fevereiro 2027 – Dia de São Valentim;
- Literacia Financeira: Como Gerir a Tua Carteira – março 2027 – Dia Mundial dos Direitos do Consumidor;
- Gestão do Tempo e do Stress para os Exames Nacionais – abril 2027 – Exames Nacionais;
- A Vida em *Streaming*: O Impacto dos Jogos e das Redes Sociais – maio 2027 – Dia Mundial da Internet;
- Comportamentos Aditivos: Não vivas em *loop* – 1.º semestre 2027

:: Público-alvo:

Alunos/as do 9.º ano do 3.º ciclo do ensino básico e ensino secundário

:: Serviço promotor:

Gabinete de Juventude

:: Contactos:

Telefone: 219 320 480 | E-mail: juventude@cm-odivelas.pt

• Projeto: EXPERIMENTA-TE E DESCOBRE!

:: Descrição:

Trata-se de um programa para jovens residentes ou estudantes do concelho de Odivelas, que estejam a frequentar o ensino secundário ou profissional, com idades compreendidas entre os 16 e os 21 anos. Esta experiência formativa, irá permitir o primeiro contacto com a realidade laboral, facilitando uma escolha profissional informada e de acordo com os seus interesses.

:: Objetivos:

- Proporcionar aos/às jovens experiências de observação em contexto laboral, que permitam definir escolhas profissionais informadas e alinhadas com as aspirações individuais;
- Identificar, de forma prática, a realidade do mercado de trabalho, classificando áreas de atividade, profissões e suas funções específicas;
- Promover competências pessoais, sociais e profissionais.

:: Público-alvo:

Jovens dos 16 aos 21 anos que estudem no Concelho de Odivelas

:: Serviço promotor:

Gabinete de Juventude

:: Contactos:

Telefone: 219 320 480 | E-mail: juventude@cm-odivelas.pt

• CARTÃO “ODIKIDS”

:: Descrição:

Cartão municipal gratuito pessoal e intransmissível, que proporciona o acesso a um maior número de produtos e benefícios, com condições vantajosas nas áreas da saúde, desporto, cultura, atividades económicas, entre outras, criando assim, condições propícias à aquisição de bens e serviços, no concelho de Odivelas.

:: Público-alvo:

Crianças dos 0 aos 11 anos.

:: Serviço promotor:

Loja do Cidadão

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350

• CARTÃO JOVEM MUNICIPAL

:: Descrição:

O Cartão Jovem Municipal de Odivelas (CMJO) é uma iniciativa que concede aos/às jovens um conjunto alargado de vantagens que promovem a mobilidade e a aquisição de serviços em áreas como o turismo, a ocupação de tempos livres, as tecnologias de informação, desporto, entre outras. As vantagens do Cartão Jovem Municipal têm a particularidade de poderem ser utilizadas no Município, em Portugal e na Europa.

O Cartão Jovem Municipal é uma modalidade do Cartão Jovem E.Y.C. (*European Youth Card*), proporcionando aos seus futuros titulares mais de 40 mil vantagens europeias, das quais 4.000 são nacionais, através de descontos, reduções e isenções em produtos e serviços prestados por entidades públicas e privadas.

:: Público-alvo:

Jovens dos 12 aos 29 anos (inclusive) que residem, estudem ou trabalhem no Concelho de Odivelas

:: Serviço promotor:

Gabinete de Juventude

:: Contactos:

Telefone 219 320 480 | E-mail: juventude@cm-odivelas.pt

• PRÉMIO DE MÉRITO EDUCATIVO

:: Descrição:

O Prémio de Mérito Educativo é atribuído, anualmente, pela Câmara Municipal de Odivelas, com o objetivo de promover e valorizar uma cultura de mérito, solidariedade e participação cívica, reconhecendo o papel destes valores no desenvolvimento pessoal dos/as jovens e no fortalecimento das comunidades. Este prémio integra duas distinções: **Prémio de Mérito** - destinado a reconhecer os/as alunos/as que concluíram o ensino secundário e que, ao longo do seu percurso escolar, se destacaram por atitudes, iniciativas ou ações exemplares em benefício da comunidade - e **Prémio de Melhor Classificação** - destinado a distinguir os/as alunos/as que concluíram o ensino secundário e obtiveram a melhor classificação final.

:: Público-alvo:

Alunos/as que concluíram o ensino secundário em estabelecimentos de ensino públicos e privados sedeados no concelho de Odivelas

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: speip@cm-odivelas.pt

• PROGRAMA DE ATRIBUIÇÃO DE BOLSAS DE ESTUDO A ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR RESIDENTES NO CONCELHO DE ODIVELAS

:: Descrição:

O Programa de Atribuição de Bolsas de Estudo a Estudantes do Ensino Superior Residentes no Concelho de Odivelas visa promover a igualdade de oportunidades no acesso e na frequência do ensino superior, apoiando estudantes do concelho em situação de maior vulnerabilidade socioeconómica. Através da atribuição de bolsas de estudo, o Município de Odivelas pretende contribuir para a redução das desigualdades no acesso à educação, prevenir o abandono escolar e promover a qualificação académica e profissional dos/as jovens, contribuindo, simultaneamente, para o desenvolvimento social, económico e cultural do concelho.

:: Público-alvo:

Estudantes residentes no Concelho de Odivelas e matriculados/as em cursos conducentes ao grau de licenciatura, com ou sem mestrado integrado, ministrados por estabelecimentos de ensino superior públicos, privados ou cooperativos, em território nacional, homologados pelo Ministério da Educação

:: Serviço promotor:

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

:: Contactos:

Telefone: 219 320 350 | E-mail: bolsas.ens.superior@cm-odivelas.pt



OCUPAÇÃO
DE TEMPOS LIVRES
(OTL)

• **Projeto: PROGRAMA DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES (OTL)**

⌘ **Descrição:**

O projeto “Ocupação de Tempos Livres” funciona nos períodos de interrupção letiva, de janeiro e da Páscoa, observando o calendário escolar adotado pelas Escolas do Concelho. O programa implementado considera um conjunto de atividades diárias diversificadas, refeições e transporte municipal com deslocações dentro e fora do concelho de Odivelas. Destinado a 80 crianças e jovens, residentes e/ou estudantes no Concelho de Odivelas.

⌘ **Público-alvo:**

Crianças e jovens dos 6 aos 17 anos

⌘ **Serviço promotor:**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania e Gabinete da Juventude

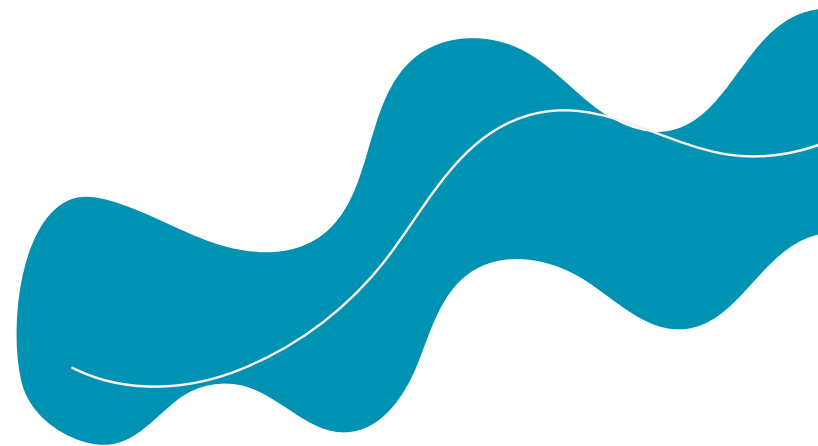
⌘ **Contactos:**

Telefone: 219 320 350/480

E-mail: speip@cm-odivelas.pt e juventude@cm-odivelas.pt



PROMOÇÃO DA SAÚDE



• Projeto: EXPOSIÇÃO DIETA MEDITERRÂNICA EM ODIVELAS

:: Descrição:

Visa incentivar tanto docentes como alunos/as a utilizarem a temática da Dieta Mediterrânica como ponto de partida para a promoção da alimentação saudável, permitindo uma diversidade de perspetivas, tais como características culturais, sociais, históricas, geográficas e ecológicas da referida dieta.

:: Recursos:

Exposição “Dieta Mediterrânica” constituída por 12 painéis que poderá estar disponível em itinerância.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário e profissional, docentes e encarregados/as de educação

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: VAMOS COMER AS CORES DO ARCO-ÍRIS

:: Descrição:

Visa introduzir o conceito de alimentação variada através das cores dos alimentos, estimulando a curiosidade e a aceitação de novos alimentos, sobretudo frutas e legumes. Pretende ainda relacionar os diferentes grupos de alimentos com os seus benefícios para o organismo, nomeadamente ao nível da visão, crescimento, sistema imunitário e energia.

:: Recursos:

História “Vamos comer as cores do arco-íris”; materiais para construção do “Prato Saudável”; materiais para a atividade “Cozinhar a sopa” — jogo simbólico.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: HERÓIS DA FRUTA

:: Descrição:

Projeto promovido pela Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil (APCOI) em parceria da CMO. Visa incentivar o aumento da ingestão de frutas e legumes

junto das crianças para alcançar as quantidades mínimas diárias recomendadas, bem como, diminuir o consumo de produtos industrializados, ricos em açúcar, sal ou gordura, de modo que não sejam ultrapassados os limites máximos mensais. Além disso, pretende-se promover a literacia em sustentabilidade alimentar para incentivar rotinas familiares diárias mais amigas da saúde das crianças e do planeta.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: ON THE ROAD – A PREVENÇÃO NA COMUNIDADE

:: Descrição:

Projeto implementado em parceria com a Unidade de Cuidados na Comunidade Nostra Pontinha e a Liga Portuguesa Contra a SIDA, através de Unidades Móveis de Rastreio. Visa alertar para a importância da prevenção das infeções sexualmente transmissíveis (com destaque para o VIH), nomeadamente, para as formas de contágio e medidas protetoras (utilização correta do preservativo). Contempla a dinamização de ações de sensibilização e a realização de testes rápidos ao VIH, na qual são feitos atendimentos individuais e cedência de materiais (in)formativos e pedagógicos sobre o tema, incluindo preservativos (internos e externos).

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino secundário e profissional

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: OS SUPER SAUDÁVEIS – (ALMOÇOS E LANCHES)

:: Descrição:

Projeto de promoção da alimentação saudável, desenvolvido em articulação com a Liga Portuguesa Contra o Cancro (promotora do projeto) e a Câmara Municipal de Odivelas. É desenvolvido em contexto escolar e consiste num jogo, em formato de 15 a 20 cartas colecionáveis, com superpoderes fictícios e jogar consoante as regras do jogo, que remetem para os alimentos a promover o seu consumo. Durante 5 semanas [uma vez por semana] um almoço e um lanche, será acompanhado de um alimento pré-definido com um poder super saudável.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: CONVERSAS À SOMBRA... CUIDADOS A TER COM O SOL

:: Descrição:

Sessões de sensibilização, com cerca de 45 minutos, dinamizados pelas duas Unidades de Cuidados na Comunidade de Odivelas ("Saúde a seu Lado" e "Nostra Pontinha"), com vista a promover conhecimentos sobre os cuidados a ter com a pele, bem como contribuir para a consciencialização das crianças sobre os riscos da exposição solar desprotegida, através de metodologias ativas e participativas com dinâmicas de grupo e posterior reflexão.

:: Público-alvo:

Crianças da educação pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: OHHH! QUE CRIANÇA TÃO DIREITINHA!

– EDUCAÇÃO POSTURAL

:: Descrição:

Através deste conto infantil que se apresenta em rima e que nos fala sobre os hábitos posturais da Joana, aborda-se de uma forma lúdica e dinâmica a temática da Educação Postural. Este projeto tem como principal objetivo sensibilizar as crianças para a importância da adoção de hábitos posturais corretos no dia-a-dia e no decorrer do quotidiano escolar.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: ENTRE ESCOVAS E BOCHECHOS – HIGIENE ORAL

:: Descrição:

Contribuir para a melhoria dos índices de saúde oral das crianças do concelho e assegurar o acesso à prevenção de doenças orais na infância, através de ações que implicam bochecho, escovagem de dentes, bem como sessões de esclarecimento alusivas à higiene oral.

São também dinamizados materiais didáticos (em suporte físico), criados propositadamente no âmbito deste projeto.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: FALAR, BRINCAR E APRENDER SOBRE HIGIENE – HIGIENE CORPORAL

:: Descrição:

Promover e valorizar hábitos de higiene corporais, junto das crianças em idade pré-escolar e do 1.º ciclo, como forma de prevenção de doenças e de melhoria da autoestima. Neste sentido foi criado um conto infantil - "Aguiar o Herói Pfu!" - a história do jovem Aguiar, que de forma intuitiva, lúdica e divertida, promove e valoriza os hábitos de higiene. Uma história através da qual se transmite uma mensagem pedagógica forte, procurando incentivar as nossas crianças à concretização dessas boas práticas.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 1.º ciclo do ensino básico

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE AS TEMÁTICAS: "STRESS E BURNOUT – "PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM CONTEXTO ESCOLAR"

:: Descrição:

Após o período pandémico causado pelo Covid-19, a prevalência de Ansiedade e Burnout na população escolar tem vindo a aumentar exponencialmente. A necessidade de dotar os/as professores/as com informação em Saúde Mental é a melhor forma de os/as capacitar a alcançar estratégias e mecanismos de defesa que

os/as ajude a minimizar os riscos de doença e a obter uma melhor qualidade de vida. A ação tem por objetivos: a promoção da literacia em Saúde Mental; a identificação de fatores que precipitam a ocorrência de Stress e Burnout e partilha de técnicas de relaxamento e controlo de stress.

:: Público-alvo:

Docentes e assistentes operacionais

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA:

“ANSIEDADE: O ALARME DO CORPO”.

:: Descrição:

Realização de ações de sensibilização junto dos/as jovens para reflexão sobre a ansiedade em contexto escolar, promovendo a compreensão dos seus sinais no corpo, nos pensamentos e no comportamento. A ação pretende ajudar os/as alunos a reconhecer situações que podem desencadear ansiedade e a conhecer estratégias simples de autorregulação emocional, contribuindo para uma adolescência mais saudável e equilibrada.

:: A ação tem por objetivos:

Promoção da literacia em Saúde Mental; reconhecimento dos principais sinais de ansiedade; identificação de situações escolares e sociais que podem aumentar a ansiedade; e aplicação de estratégias simples para regular momentos de ansiedade.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º ciclo do ensino básico e do ensino secundário e profissional

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA:

“DEPENDÊNCIA DE ECRÃS”

:: Descrição:

Com o novo paradigma digital a ter cada vez mais impacto no dia a dia dos/as jovens, é necessário refletir junto dos/as mesmos/as, sobre as vantagens e desvantagens do uso de ecrãs/tecnologias e a relação com a perturbação mental.

:: A ação tem por objetivos:

A promoção da Literacia em Saúde Mental junto da população jovem; informar sobre as vantagens e desvantagens da utilização de ecrãs diariamente; consciencializar para a importância de reconhecer sinais de alerta e como pedir ajuda, perante um padrão de dependência dos ecrãs; e motivar para a importância da diversificação de interesses, de forma a manter uma vida ativa, equilibrada e saudável.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º ciclo do ensino básico

Serviço Promotor: Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: PREVENÇÃO DAS DOENÇAS ONCOLÓGICAS EM CONTEXTO ESCOLAR

:: Descrição:

Desenvolver a literacia na prevenção das doenças oncológicas através da implementação de ações de sensibilização sobre várias temáticas propensas ao risco (Tabagismo; Álcool; HPV e Cuidados com a Pele/Prevenção de Cancro de Pele) dirigidas a toda a comunidade escolar/educativa. Pretende-se também a capacitação dos educadores/as e professores/as no âmbito da prevenção das doenças oncológicas, e no apoio para a realização de atividades impactantes, capazes de envolver as comunidades escolares.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclos do ensino básico e do ensino secundário, incluindo cursos profissionais; docentes e assistentes operacionais

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: ESCOLAS PELA PREVENÇÃO

:: Descrição:

Reforçar a promoção da educação para a saúde, com uma forte ênfase na sua prevenção, envolvendo a comunidade escolar em atividades pedagógicas que visam aumentar a literacia em saúde, promover ambientes escolares saudáveis e capacitar para a adoção de estilos de vida protetores do estado de saúde, com foco especial nos fatores de risco associados à doença oncológica. As atividades que complementam o Projeto, serão interativas e adaptadas a cada ciclo de estudos e com recursos para envolver a comunidade escolar, levando à oportunidade de

distinção de selos “Escola Pela Prevenção” e “Escola Solidária”, sendo que este último selo, pretende também promover a cultura do voluntariado e cidadania entre os/as estudantes e a comunidade escolar.

:: Público-alvo:

Alunos/as do ensino básico e do ensino secundário

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: PREVENÇÃO DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM CONTEXTO ESCOLAR

:: Descrição:

Desenvolver a literacia na prevenção das doenças cardiovasculares, com enfoque em fatores de risco, nomeadamente, tabagismo; álcool; sedentarismo; alimentação inadequada; stress, entre outros. Estas temáticas são inseridas em ações de sensibilização, para sensibilizar os e as jovens para as questões relacionadas com as doenças cardiovasculares; promover a atividade física; promover uma alimentação saudável e motivar para a adoção de hábitos promotores de uma vida ativa, equilibrada e saudável, bem como estarem despertos/as para sintomas de alarme e terem capacidade de reação atempada para prestar apoio a qualquer pessoa que esteja a necessitar de auxílio.

:: Público-alvo:

Alunos/as de 3.º ciclo do ensino básico e do ensino secundário

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt

• Projeto: AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA: “COMPORTAMENTOS ADITIVOS E DEPENDÊNCIAS”

:: Descrição:

Realização de ações de sensibilização juntos dos/as jovens para reflexão sobre os riscos e as consequências do consumo de substância psicoativas.

:: A ação tem por objetivos:

a prevenção de comportamentos aditivos e dependências e a sensibilização para as questões relacionadas com os comportamentos de risco; consciencializar para a importância de reconhecer sinais de alerta e como pedir ajuda, perante um padrão

de dependência.

:: Público-alvo:

Alunos/as do 3.º ciclo do ensino básico e do ensino secundário e profissional

:: Serviço promotor:

Divisão de Saúde

:: Contactos:

Telefone: 219 320 970 | E-mail: saude@cm-odivelas.pt



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Rua Laura Alves, 5 - Urbanização da Ribeirada

2675-608 Odivelas

www.cm-odivelas.pt