



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

GUIA DOS
**PROGRAMAS
E SERVIÇOS
SOCIOEDUCATIVOS
MUNICIPAIS**

2025-2026

ÍNDICE

Mensagem do Presidente da Câmara Municipal de Odivelas	3
Áreas Temáticas / Programas e Serviços Socioeducativos	4
Estabelecimentos de Educação da Rede Pública do Concelho	5
Quadro Resumo Programas e Serviços Socioeducativos	7
Ambiente	14
Animais	25
Atividade Física e Desportiva	29
Competências Pessoais e Sociais	32
Cultura	38
Educação para a Cidadania	45
Infância e Juventude	49
Ocupação de Tempos Livres	53
Promoção da Saúde	55

Caro/a cidadão/ã,

A conjuntura atual, marcada por rápidas transformações, coloca novas exigências às comunidades educativas. Às mudanças tecnológicas e aos desafios ambientais somam-se a instabilidade internacional e o agravamento das desigualdades sociais. Tais circunstâncias exigem uma intervenção de maior proximidade, coordenada e orientada para a construção de uma sociedade mais justa, mais solidária e mais bem preparada para o futuro.

Neste contexto, a Câmara Municipal de Odivelas reafirma o seu compromisso com a Educação como um eixo central da ação municipal, promovendo projetos que valorizam o papel da Escola enquanto espaço de aprendizagem, de convivência, de igualdade de oportunidades e de inclusão.

O presente **Guia de Programas e Serviços Socioeducativos Municipais 2025/2026** reúne um conjunto de iniciativas e recursos colocados à disposição dos Agrupamentos de Escolas e das Escolas Não Agrupadas do concelho. Pretende apoiar a comunidade educativa no desenvolvimento de experiências enriquecedoras nos domínios socioeducativo, cultural e desportivo, que contribuam para o sucesso do percurso das nossas crianças e jovens.

Mais do que uma listagem de ofertas, este Guia representa o envolvimento da Autarquia com a escola pública e com as famílias, sustentado em princípios como a equidade, a cidadania ativa e o trabalho em rede.

Com o arranque de mais um ano letivo, que acredito que será marcado por novos desafios e conquistas, renovamos a nossa ambição em manter uma relação de proximidade e confiança com a comunidade educativa, capaz de dar resposta aos desafios atuais com visão e segurança.

O Presidente da Câmara Municipal,
Hugo Martins

ÁREAS TEMÁTICAS/PROGRAMAS E SERVIÇOS SOCIOEDUCATIVOS



ambiente



animais



atividade física
e desportiva



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 Casais de Trigache	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica da Quinta das Dálias	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Veiga Ferreira	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Sophia de Mello Breyner Andresen	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica António Gedeão	2.º e 3.º Ciclo
Agrupamento de Escolas Adelaide Cabette	Jardim-de-infância Álvaro de Campos	JI
	Jardim-de-infância Roque Gameiro	JI
	Escola Básica D. Dinis n.º 1	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica de António Maria Bravo	1.º Ciclo
	Escola Básica Bernardim Ribeiro	1.º Ciclo
	Escola Básica Maria Máxima Vaz	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Avelar Brotero	2.º e 3.º Ciclo
	Escola Secundária de Odivelas	
Agrupamento de Escolas Braamcamp Freire	Jardim-de-infância Gil Eanes	JI
	Escola Básica do Casal da Serra	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica da Quinta da Condessa	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica da Quinta da Paiã	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica de Vale Grande	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Dr. Mário Madeira	1.º Ciclo
	Escola Básica Mello Falcão	1.º Ciclo
	Escola Básica da Serra da Luz	1.º Ciclo
	Escola Básica da Pontinha	2.º e 3.º Ciclo
	Escola Secundária Braamcamp Freire	
Agrupamento de Escolas de Caneças	Escola Básica Professora Maria Costa	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Artur Alves Cardoso	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica das Fontes de Caneças	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Cesário Verde	JI e 1.º Ciclo
	Escola Básica Francisco Vieira Caldas	JI
	Escola Básica dos Castanheiros	2.º e 3.º ciclo
	Escola Secundária de Caneças	

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



QUADRO RESUMO PROGRAMAS E SERVIÇOS SOCIOEDUCATIVOS

AMBIENTE	J1	1. ^o Ciclo	2. ^o Ciclo	3. ^o Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
<i>ÁGUA</i>								
• Ação de sensibilização – Fecha a Torneira		x					Ao longo do ano letivo	15
• Ação de sensibilização - Pegada Hídrica		x	x	x			Ao longo do ano letivo	15
<i>ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS</i>								
• O Planeta está a aquecer		x					Ao longo do ano letivo	15
• Ações de sensibilização			x	x	x		Ao longo do ano letivo	16
<i>BIODIVERSIDADE</i>								
• Animais de Estimação	x	x	x				Ao longo do ano letivo	16
• Animais em Perigo		x	x				Ao longo do ano letivo	16
• Invasores		x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	17
• Os Amigos da Horta		x	x				Ao longo do ano letivo	17
<i>CONSUMO SUSTENSÁVEL E MOBILIDADE</i>								
• Os Super-Heróis de Supermercado		x					Ao longo do ano letivo	18
• À Boleia do Futuro		x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	18
• Terra: Manual de utilização			x	x			Ao longo do ano letivo	18
<i>DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL</i>								
• Agenda 2030			x	x			Ao longo do ano letivo	19
<i>ENERGIA</i>								
• Apaga a Luz		x					Ao longo do ano letivo	19

• Boa energia			x	x			Ao longo do ano letivo	20
RESÍDUOS								
• Reduzir, Reutilizar, Reciclar	x	x	x					20
• Fluxos Específicos de Resíduos		x	x	x			Ao longo do ano letivo	20
• Um problema à deriva – Lixo nos Oceanos		x	x				Ao longo do ano letivo	21
• Terra-a-Terra			x	x	x		Ao longo do ano letivo	21
OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO – LÚDICO								
• Faz a tua carteirinha	x	x					Ao longo do ano letivo	22
• Vai e vem	x	x					Ao longo do ano letivo	22
OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO – UTILITÁRIO								
• Alimentador para pássaros	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	22
• Armadilha para vespas		x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	23
VISITAS E PROJETOS CMO								
• Visita aos Viveiros Municipais		x					Ao longo do ano letivo	23
• A Escola vai ao Parque			x	x			Ao longo do ano letivo	23
• Projeto Turma do Libérico	x	x					Ao longo do ano letivo	24



ANIMAIS	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Comemorações do Dia do Animal						x	Entre setembro/ outubro	26
• Rede de Escolas Amigas dos Animais						x	Ao longo do ano letivo	26
• Sensibilização Escolar sobre Animais de Companhia						x	Ao longo do ano letivo	26
• Do Urbano ao Rural						x	Ao longo do ano letivo	27
• Cãominhada Escolar						x	Ao longo do ano letivo	27

ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Brincar a Mexer	x						Ao longo do ano letivo	30
• Programa da Atividade Física e Desporto na Escola	x	x					Ao longo do ano letivo	30

COMPETÊNCIAS PESSOAIS E SOCIAIS	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Projeto SER FAMÍLIA	x	x	x	x			Ao longo do ano letivo	33
• Ações de Sensibilização – Ensino Básico		x	x	x			Ao longo do ano letivo	34
• Programa de Prevenção da Violência no Namoro				x			Ao longo do ano letivo	34
• Programa de Prevenção do <i>Bullying</i> e do <i>Cyberbullying</i>	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	35
• Hipoterapia	x	x	x	x			Ao longo do ano letivo	36

CULTURA	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Plano de Adaptação às Artes	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	39
• Centro de Exposições de Odivelas – Pelos caminhos da Arte - Visitas Orientadas às Exposições		x	x	x	x	Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h, às 14h30 e 19h	39
• Centro de Exposições de Odivelas – À Descoberta da Arte	x	x				Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h e às 14h30	40
• Visita orientada “Descobrir o Mosteiro de Odivelas” Mosteiro de Odivelas	x	x	x	x	x	Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h, às 14h30 e 19h	40
• Teatro de Fantoches: “O Rei D. Dinis está em Odivelas” Mosteiro de Odivelas	x	x				Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h e às 14h30	40
• Centro Interpretativo das Águas de Caneças – Bicas - Uma história sobre a água	x	x				Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h e às 14h30	41
• Centro Interpretativo das Águas de Caneças - Cientistas por um dia- visita orientada			x	x	x	Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h e às 14h30	41
• Aqueduto Subsidiário do Olival Santíssimo – Caneças – Troço subsidiário do Aqueduto das Águas Livres”			x	x	x	Grupos organizados	Terça a sexta-feira: às 10h, às 14h30 e 19h (horário de verão)	42
• Um olhar sobre o 25 de Abril: dos antecedentes à revolução – visita orientada – Posto de Comando do Movimento das Forças Armadas		x	x	x	x	Grupos organizados	Terça a sexta-feira, às 10h, às 14h30 e 19h	43
• Trigo, Farinha e Pão: O Ciclo da Transformação	x	x	x	x				43



• Visitas ao Centro Histórico de Odivelas		x	x	x			Terça a sexta-feira: às 10h e às 14h30	44
---	--	---	---	---	--	--	--	----

EDUCAÇÃO PARA A CIDADANIA	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Plano de Ação Educativa – “Concurso Escola Mais Resiliente”	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	46
• Plano de Ação Educativa – Jogo SOS Odivelas	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	46
• SerSegur@		x					Início do ano letivo	47
• Jornadas Pedagógicas						x	Início do ano letivo	47
• “A escola vai começar!” / “Participar é educar!”						x		48

INFÂNCIA E JUVENTUDE	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Cartão “Odikids”						Dos 0 aos 11 anos	Ao longo do ano	50
• Capacita-te						Dos 16 aos 21 anos	Ao longo do ano	50
• Mostra de Ofertas Profissionais e Educativas (MOPE)				x	x		Maio	51
• CYBERSEGUR@		x	x	x			Ao longo do ano letivo	51

OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Ocupação de Tempos Livres - OTL's		x	x	x	x	Dos 6 aos 17 anos	Férias letivas (jan. e abril)	54

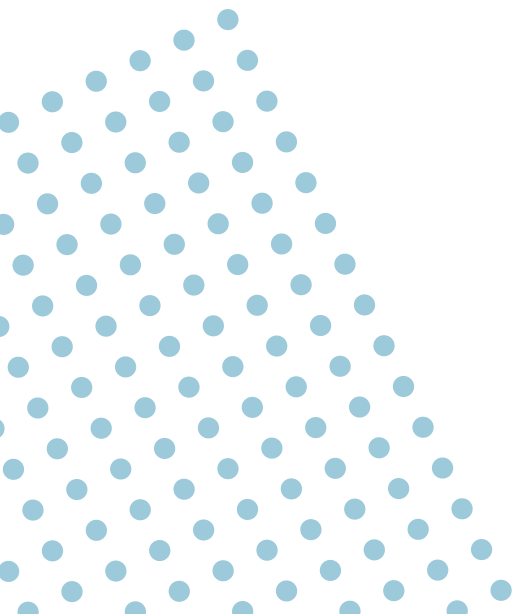
PROMOÇÃO DA SAÚDE	Jl	1.º Ciclo	2.º Ciclo	3.º Ciclo	Sec.	Comunidade	Data	Pág.
• Dieta Mediterrânica em Odivelas			x	x	x	Encarregados de educação	Ao longo do ano letivo	56
• Heróis da Fruta		x					Ao longo do ano letivo	56
• Programa <i>Eu e os outros</i>				x	x		Ao longo do ano letivo	56
• <i>On The Road – A Prevenção na Comunidade</i>					x	Discentes do Ensino Secundário/ Profissional dos Agrupamentos de Escolas e Escolas não Agrupadas	Ao longo do ano letivo	57
• Os Super Saudáveis I (Almoços e lanches)	x	x					Ao longo do ano letivo	57
• “Conversas à Sombra... Cuidados a ter com o Sol”	x	x					Ao longo do ano letivo	58
• Educação Postural – “Ohhh! Que Criança Tão Direitinha!”		x					Ao longo do ano letivo	58
• Entre Escovas e Bochechos - Projeto de Higiene Oral	x	x					Ao longo do ano letivo	59
• “Falar, Brincar e Aprender sobre Higiene” - Projeto de Higiene Corporal		x					Ao longo do ano letivo	59
• Ação de Sensibilização - depressão, ansiedade e <i>burnout</i> - “Promoção da Saúde Mental em contexto escolar”						População Docente e Assistentes Operacionais	Ao longo do ano letivo	59
• Ação de Sensibilização – Inteligência Emocional				x	x		Ao longo do ano letivo	60



• Ação de Sensibilização sobre a Temática: Dependência de Ecrãs				x			Ao longo do ano letivo	60
• “Prevenção das Doenças Oncológicas em contexto escolar”			x	x		Professores e Assistentes Operacionais	Ao longo do ano letivo	60
• “Escolas Pela Prevenção”		x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	61
• “Prevenção das Doenças Cardiovasculares em contexto escolar”				x	x		Ao longo do ano letivo	62
• Ação de Sensibilização sobre a Temática: Comportamentos Aditivos e Dependências				x	x		Ao longo do ano letivo	62
• Ação de Sensibilização sobre a Temática: Álcool e tabaco	x	x	x	x	x		Ao longo do ano letivo	63



[ambiente]



AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO | ÁGUA

[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 ano de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[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, 4.º ano, 2.º e 3.º ciclo de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

[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, 4.º ano, 2.º e 3.º ciclo de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO]

- Descrição

- Reconhecer que existem causas naturais e humanas na origem das alterações climáticas;
- Reconhecer a ação humana e a produção de carbono e 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 ciclo de escolaridade e ensino secundário.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

BIODIVERSIDADE

[ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO]

- Descrição

- Promover o respeito e a dignidade animal;
- Espécies exóticas e preservação da biodiversidade;
- Segurança e saúde pública.

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar, 1.º ciclo e 2.º ciclo de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[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**
Alunos/as do 1.º e 2.º ciclo de escolaridade.
 - **Serviço promotor**
Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

[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 ano, do 2.º 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário.
 - **Serviço promotor**
Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

[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 ano e 2.º ciclo de escolaridade.
 - **Serviço promotor**
Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

TEMA: CONSUMO SUSTENTÁVEL E MOBILIDADE

[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;
- Exploração do CD Eco-Praça.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º e 4.º ano de escolaridade

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[À BOLEIA DO FUTURO]

- Descrição
- Promoção de 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, 4.º ano, 2.º, 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[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 ciclo de escolaridade e ensino secundário

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

TEMA: DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

[AGENDA 2030/ODS]

- Descrição

- Introduzir o conceito de sustentabilidade;
- Conhecer a Agenda 2030 e as causas da sua criação;
- 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 ciclo de escolaridade e ensino secundário.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

TEMA: ENERGIA

[APAGA A LUZ]

- Descrição

- Compreender o que é a energia e as suas principais fontes;
- Relacionar o consumo de energia com problemas ambientais;
- Destacar o aquecimento global e a perda de recursos naturais como principais consequências do uso da energia;
- Identificar medidas práticas para uso eficiente da energia.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 1.º ciclo de escolaridade

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[BOA ENERGIA]

- Descrição
- Identificar as principais fontes de energia;
- Distinguir energia renovável e não renovável – valorizar a importância da transição energética;
- Destacar o aquecimento global e a perda de recursos naturais como principais consequências do uso da energia;
- Reconhecer e valorizar a importância das energias renováveis;
- Conceito de eficiência energética e boas práticas no consumo energético.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

RESÍDUOS

[REDUZIR, REUTILIZAR, RECICLAR]

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

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar, 1.º e 2.º ano de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[FLUXOS ESPECÍFICOS DE RESÍDUOS]

- Descrição
- Reconhecer os pontos de deposição existentes e a importância do encaminhamento e valorização destes resíduos - óleo alimentar, monos, REEE, medicamentos;
- Reconhecer o contributo da reciclagem na preservação dos recursos naturais;
- Reconhecer a problemática e consequências do aumento da produção

de resíduos;

- Incentivar para a adoção de boas práticas ambientais;
- Promover o conceito de Desenvolvimento Sustentável.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º, 4.º ano, 2.º, 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[UM PROBLEMA À DERIVA – LIXO NOS OCEANOS]

• Descrição

- Sensibilizar para a importância dos oceanos e ecossistemas marinhos no planeta e no equilíbrio climático;
- Reconhecer o impacto dos plásticos e das beatas nos oceanos;
- Compreender como os microplásticos afetam os ecossistemas e a saúde humana;
- Identificar medidas práticas para redução do consumo de plástico.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º, 4.º ano e 2.º ciclo de escolaridade

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[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;
- Compostagem – um fertilizante natural e um corretivo de solos.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 2.º, 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO – LÚDICO

[FAZ A TUA CARTEIRINHA]

- Descrição
 - Oficina de Reutilização de Embalagens;
 - Introdução ao tema da reutilização;
 - Transformação de pacote de leite ou sumo numa carteirinha.
- Material necessário: um pacote de leite/sumo 1L e tesoura por aluno.

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar, 1.º e 2.º ano de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

[VAI E VEM]

- Descrição
 - Oficina de Reutilização de Embalagens;
 - Introdução ao tema da reutilização;
 - Transformação de garrafas de plástico num brinquedo ambiental.
- Material necessário: 2 garrafas de água de 1,5L por aluno.

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar, 1.º e 2.º ano de escolaridade

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870

OFICINAS DE REUTILIZAÇÃO – UTILITÁRIO

[ALIMENTADOR PARA PÁSSAROS]

- Descrição
 - Oficina de Reutilização de Embalagens;
 - Observar e identificar várias espécies urbanas de aves;
 - Permitir que as aves se alimentem na natureza, contribuindo para a preservação das espécies.
- Material necessário: 2 garrafas de água 1,5L por turma

- **Público-alvo**

Alunos/as de todos os anos de escolaridade

- **Serviço promotor**

[ARMADILHA PARA VESPAS]

• Descrição

- Oficina de Reutilização de Embalagens;
- Identificar a vespa velutina como espécie invasora;
- Reconhecer os malefícios para a saúde pública da vespa velutina.

Material necessário: 1 garrafão de água e 2 garrafas de água de 1,5L por turma

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º, 4.º ano, 2.º e 3.º ciclo de escolaridade e ensino secundário.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

VISITAS E PROJETOS CMO

[VISITA AOS VIVEIROS MUNICIPAIS]

• Descrição

- Identificação e plantação de espécies ;

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º e 4.º ano de escolaridade

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

[A ESCOLA VAI AO PARQUE]

• Descrição

- Identificação de espécies (fauna e flora);
- Locais: Parque Urbano do Rio da Costa, Parque das Rolas e Parque Integrado da Ribeirada.

Esta atividade pode decorrer no recinto escolar.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 2.º e 3.º ciclo de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Departamento de Gestão Ambiental e Transportes
Tlf. 219 320 870

[PROJETO TURMA DO LIBÉRICO]

• Descrição

Este projeto é desenvolvido pela Liga para Proteção da Natureza (LPN) e tem como objetivo promover um maior conhecimento e valorização da biodiversidade e dos serviços de ecossistemas. Com a ajuda do Libérico, a mascote de Lince-Ibérico da LPN, os/as alunos/as vão descobrir, através de alguns desafios, várias espécies autóctones, os seus habitats, as ameaças que enfrentam, o estatuto de conservação em que se encontram, o seu papel no ecossistema e como cada um pode ter um papel ativo na sua conservação.

O projeto possui várias ofertas como:

- Formação dos/as docentes inscritos/as (acreditada, formato online, total 6 horas) a realizar em novembro;
- Promoção de atividades presenciais com os/as alunos/as em 2 momentos do ano letivo (em sala de aula);
- Lançamento de desafios periódicos sobre a preservação da biodiversidade para desenvolver em sala de aula;
- Realização de três fóruns participativos opcionais;
- Concurso “Campanha pela Biodiversidade”, aberto a todas as turmas participantes, a nível nacional (opcional).

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar e 1.º ciclo.

- **Serviço promotor**

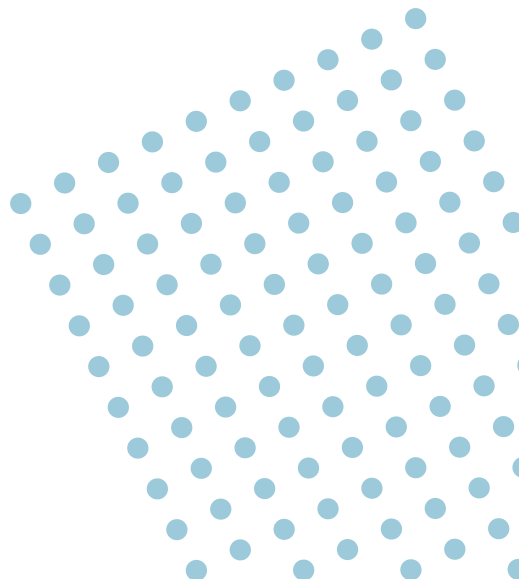
Departamento de Gestão Ambiental e Transportes

Tlf. 219 320 870





[animais]



[COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DO ANIMAL]

Assinalar o Dia Mundial do Animal e fomentar a ligação entre pessoas e animais.

• Descrição

Evento anual (setembro/outubro) que promove:

- Respeito pela biodiversidade
- Incentivar a adoção de cães e gatos
- Divulgação de produtos e serviços ligados ao bem-estar animal
- Dinamização económico-social do Concelho de Odivelas

- **Público-alvo**

Comunidade escolar e população em geral.

- **Serviço promotor**

Serviço de Veterinário Municipal

Tlf: 219 320 840

[REDE DE ESCOLAS AMIGAS DOS ANIMAIS]

• Descrição

As entidades educativas (públicas ou privadas) que tenham ou pretendam adotar um animal doméstico (gato ou cão) podem inscrevê-lo neste programa e beneficiar de apoio médico-veterinário.

O programa inclui também ações de sensibilização junto da população escolar sobre cuidados com os animais — uma forma eficaz de difusão dessas mensagens, inclusive junto dos encarregados de educação.

Objetivo:

Reduzir a população de animais errantes e aumentar o número de adoções dos animais recolhidos no Parque dos Bichos.

- **Público-alvo**

Comunidade escolar.

- **Serviço promotor**

Serviço de Veterinário Municipal

Tlf: 219 320 840

[SENSIBILIZAÇÃO ESCOLAR SOBRE ANIMAIS DE COMPANHIA]

• Descrição

Ações de sensibilização realizadas no Parque dos Bichos ou nas escolas, mediante solicitação.

Incluem temas como:

- Função e funcionamento do Parque dos Bichos

- Cuidados de saúde e bem-estar animal
- Legislação sobre direitos dos animais
- Interação com cães/gatos disponíveis para adoção

Objetivo:

Promover, desde cedo, o respeito e os cuidados com os animais domésticos.

- **Público-alvo**

Comunidade escolar.

- **Serviço promotor**

Serviço de Veterinário Municipal

Tlf: 219 320 840

[PROGRAMA DO URBANO AO RURAL]

- Descrição

Serviço gratuito de visitas de estudo à exploração agropecuária da Escola Profissional Agrícola D. Dinis. Destina-se a alunos do Pré-Escolar e Ensino Básico. Inclui atividades com o Parque dos Bichos (CORACO), em parceria com a Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania e o Parque dos Bichos (CORACO - Centro Oficial de Recolha Animal do Concelho de Odivelas).

Objetivo:

Aproximar os alunos da realidade rural e da vida animal através de visitas de estudo.

- **Público-alvo**

Comunidade escolar.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania e Serviço de Veterinária Municipal

Tlf: 219 320 840

[CÃOMINHADA ESCOLAR]

- Descrição

Caminhada com cães do CORACO e dos alunos

Objetivo:

Atividade educativa que combina lazer, educação e inclusão, promovendo a interação entre estudantes e cães, além de valores como empatia, solidariedade, adoção responsável e sensibilização para o bem-estar animal.

- **Público-alvo**

Comunidade escolar.

- **Serviço promotor**

Serviço de Veterinário Municipal

Tlf: 219 320 840





[atividade física
e desportiva]



[BRINCAR A MEXER]

· Descrição

O programa “Brincar a Mexer” consiste na dinamização de aulas de Educação Física em coadjuvação com o/a educador/a, utilizando preferencialmente os espaços exteriores da escola e, aproveitando as condições específicas e ambientais de cada estabelecimento. As aulas decorrem semanalmente e têm a duração de 45 minutos.

- **Público-alvo**

Alunos/as dos estabelecimentos de ensino pré-escolar (dos 3 aos 6 anos).

- **Serviço promotor**

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

Tlf: 219 320 990

[PROGRAMA DESPORTO NA ESCOLA]

· Descrição

O Programa Desporto na Escola integra um conjunto de atividades de promoção e divulgação desportiva, organizadas na continuidade dos conteúdos curriculares da disciplina de Educação Física.

Tem como **objetivos principais** implementar projetos e ações no âmbito da promoção de estilos de vida saudáveis e aumentar as oportunidades de prática desportiva; Promover o desenvolvimento integral do aluno, favorecendo o reforço da oferta educativa numa perspetiva interdisciplinar e integrada com as restantes aprendizagens escolares; Valorizar a participação e não a competição; Proporcionar o convívio e troca de experiências entre alunos e professores das diferentes escolas; Fomentar a aquisição de hábitos e comportamentos de estilos de vida saudáveis que contribuam para o desenvolvimento equilibrado das crianças e jovens, que se mantenham na idade adulta, contribuindo para o aumento dos índices de prática desportiva da população do concelho.

A implementação do Programa Desporto na Escolar traduz-se nas seguintes atividades:

· Encontro de desporto para alunos/as com necessidades educativas especiais;

· Corridinha da Primavera;

• Sarau Gímnico das Escolas de Odivelas;
• A Bicicleta vai à escola;
• Salto à Corda;
• Ténis na Escola;
• Jogos Desportivos Escolares;
• Dia Mundial da Bicicleta;
• Festa do Salto à Corda.

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar e alunos/as do 1.º ciclo do ensino Básico (do 1.º ao 4.º ano).

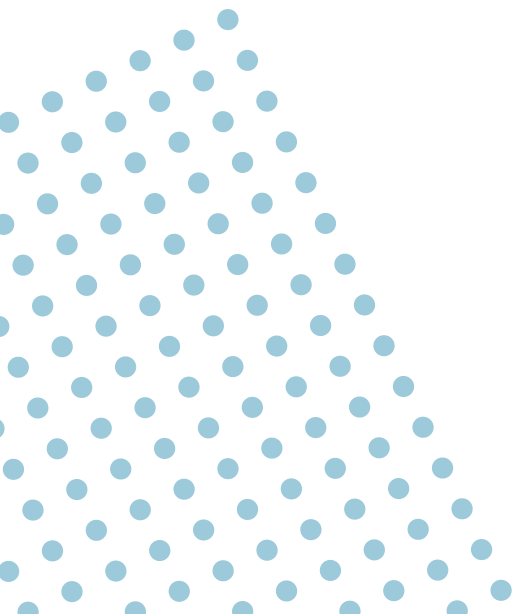
- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350



[competências pessoais e sociais]



[PROJETO SER FAMÍLIA]

• Descrição

Este projeto visa promover o desenvolvimento integral das crianças do Concelho de Odivelas, através da intervenção nas famílias, com base no **Modelo de Parentalidade Positiva**, como forma de prevenção do risco e da crise familiar, nas suas diversas dimensões.

Objetivos

- a) Promover as competências parentais necessárias ao desenvolvimento saudável e integral das crianças em idade (pré) escolar (**3 aos 15 anos de idade**);
- b) Sensibilizar as famílias para a importância do seu papel, enquanto principais cuidadores, na promoção do sucesso e bem-estar escolares dos(as) seus/suas educandos(as);
- c) Promover o modelo de Parentalidade Positiva como ferramenta essencial ao desenvolvimento e bem-estar da criança, nos diversos contextos de vida;
- d) Implementar estratégias de avaliação e promoção de competências parentais (ex. Programas de Promoção de Competências Parentais, Ações de Sensibilização, entre outros);
- e) Aprofundar conhecimentos sobre a Parentalidade Positiva, Estilos Parentais e Competências Parentais favoráveis ao desenvolvimento equilibrado das crianças;
- f) Criar respostas de carácter integrado, compreendendo de forma holística as necessidades das famílias.

O Projeto procura ainda promover o sucesso educativo e o bem-estar da criança, através de ações de sensibilização em grande grupo (alunos(as), famílias, pessoal docente e não docente), sobre várias temáticas (ex. *Bullying*, Redes Sociais e Virtuais, Emoções, Sono, entre outras).

• Público-alvo

Famílias com crianças e/ou adolescentes a frequentar o ensino pré-

escolar ou ensino básico nas escolas públicas do Concelho.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO – ENSINO BÁSICO]

• Descrição

A CM Odivelas desenvolve um conjunto de ações de informação e sensibilização dirigidas aos(as) alunos(as), tendo como objetivo a abordagem de diversas temáticas relacionadas com o desenvolvimento infantil e juvenil. Entre os conteúdos abordados destacam-se áreas como a gestão das emoções, a importância do sono, a prevenção do bullying, o uso responsável das redes sociais e digitais, entre outros temas essenciais para a formação integral das crianças e jovens.

Estas iniciativas têm como finalidade a promoção da saúde, do bem-estar psicológico e do sucesso educativo, contribuindo para a construção de ambientes escolares mais inclusivos, seguros e saudáveis, que potenciem um crescimento harmonioso e uma aprendizagem de qualidade.

- **Público-alvo**

Alunos/as do ensino básico das escolas públicas do Concelho de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[PROGRAMA DE PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA NO NAMORO]

• Descrição

A violência é um fenómeno que pode assumir diversas formas, nem sempre visíveis ou identificadas na sociedade, contudo as suas consequências são sempre nefastas. Uma das formas de combater a violência, em concreto a Violência no Namoro, é através da educação e da prevenção.

Neste sentido as escolas são palcos de desenvolvimento privilegiados e constituem locais de construção e promoção de uma sociedade mais segura.

O Programa de Prevenção da Violência no Namoro é um projeto que visa prevenir a violência no contexto das relações de namoro. Consiste em duas sessões de 90 minutos cada e ambas são desenvolvidas com os alunos e alunas em contexto de sala de aula. Estas sessões de sensibilização e educação não formal, abordam questões relacionadas com a construção de relações de intimidade saudáveis, o desenvolvimento de competências pessoais e sociais - a capacidade de comunicação, a tomada de decisão e a assertividade - de modo a capacitar as/os adolescentes, para o seu papel ativo face à prevenção das várias formas de violência, bem como para a construção de relações íntimas mais justas, saudáveis e gratificantes.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 8.º e 9.º ano de escolaridade (ou níveis de educação equiparados) que frequentem a rede de escolas públicas de ensino do Concelho de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Ação Social

Tlf. 219 320 300

[PROGRAMA DE PREVENÇÃO DO BULLYING E DO CYBERBULLYING]

- Descrição

O *bullying* é caracterizado por comportamentos agressivos, intencionais e repetitivos, perpetuados dentro de uma relação de desequilíbrio de poder. O *cyberbullying*, por sua vez, ocorre através de meios digitais, como redes sociais, mensagens ou plataformas online, ampliando o alcance e a permanência da agressão. Ambos os fenómenos estão associados a sérios impactos psicológicos, como ansiedade, depressão, baixa autoestima, isolamento social e risco aumentado de ideação suicida. O *bullying* e o *cyberbullying* emergem como formas de violência interpessoal que ameaçam não apenas o bem-estar físico e psicológico dos alunos, mas também o seu desempenho académico e social.

A escola, por ser um espaço estruturado de convivência regular, constitui-se como o local privilegiado para a deteção precoce, intervenção e promoção de uma cultura de respeito e inclusão.

O Programa de Prevenção do *bullying* e do *cyberbullying* é um projeto que visa desenvolver empatia, autorregulação e habilidades de resolução

de conflitos que podem reduzir significativamente as ocorrências de violência. Consiste numa sessão de 50 minutos e é desenvolvida com os alunos e alunas em contexto de sala de aula. Esta sessão de sensibilização e educação não formal, aborda questões relacionadas com a formação de competências socioemocionais, valores de cidadania e convivência ética, de modo a promover um ambiente seguro e livre de violência.

No contexto atual, em que a exposição às tecnologias é precoce e intensa, a educação digital e a prevenção ao *cyberbullying* tornam-se componentes essenciais da formação integral dos alunos.

- **Público-alvo**

Alunos/as do pré-escolar, ensino básico, ensino secundário (ou níveis de educação equiparados) que frequentem a rede de escolas públicas de ensino do Concelho de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Ação Social

Tlf: 219 320 300

[HIPOTERAPIA]

- 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, educativos, recreativos e com possibilidade, de em algumas situações chegar ao nível de competição. Conta com uma equipa de técnicos/as especializados nas diferentes áreas de atuação.

Este projeto resulta de uma parceria entre a Câmara Municipal de Odivelas e a Escola Profissional Agrícola D. Dinis.

- **Público-alvo**

Alunos/as com Necessidades Saúde Especiais (NSE), integrados nos Centros de Apoio à Aprendizagem (CAA) das escolas da rede pública do Concelho de Odivelas.



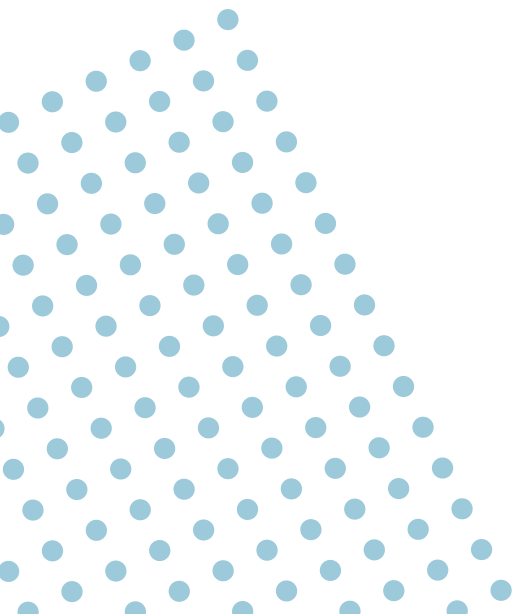
- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf. 219 320 380



[cultura]



[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

Alunos/as do ensino pré-escolar, ensino básico e ensino secundário das escolas públicas do Concelho.

• Serviço promotor

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[PELOS CAMINHOS DA ARTE- VISITA ORIENTADA ÀS EXPOSIÇÕES, COM OPÇÃO DE UM ATELIER NO FINAL DA VISITA - CENTRO DE EXPOSIÇÕES DE ODIVELAS]

• Descrição

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

• Data

Terça a sexta-feira, às 10h00, 14h30 e 19h00

• Público-alvo

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

• Serviço promotor

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

[À DESCOBERTA DA ARTE - CENTRO DE EXPOSIÇÕES DE ODIVELAS]

• Descrição

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

- **Data**

Terça a sexta-feira, às 10h00 e às 14h30

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância, do 1.º ciclo e grupos organizados.

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

[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, 14h30 e 19h00

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância, 1.º, 2.º e 3.º ciclos, secundário, ensino noturno e grupos organizados.

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

[TEATRO DE FANTOCHES: “O REI D. DINIS ESTÁ EM ODIVELAS” – MOSTEIRO DE 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

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância, 1.º ciclo e grupos organizados.

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo,

Tlf: 219 320 800

[BICAS - UMA HISTÓRIA SOBRE A ÁGUA- ATELIER DE LEITURA E VISITA ORIENTADA

CENTRO INTERPRETATIVO DAS ÁGUAS DE CANEÇAS]

- **Descrição**

O 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 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

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância, 1.º ciclo e grupos organizados.

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

[CIENTISTAS POR UM DIA - VISITA ORIENTADA - CENTRO INTERPRETATIVO DAS ÁGUAS DE CANEÇAS]

- **Descrição**

Após uma visita guiada ao CIAC os/as participantes são convidados 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, 14h30 e 19h00

- **Público-alvo**

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

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

[AQUEDUTO DO OLIVAL SANTÍSSIMO – TROÇO SUBSIDIÁRIO DO AQUEDUTO DAS ÁGUAS LIVRES – CANEÇAS]

- **Descrição**

Localizado em Caneças, o Aqueduto Subsidiário do Olival Santíssimo é mandado construir em finais do sec. XVIII, no reinado de D. Maria, para aumentar o caudal da água do Aqueduto das Águas Livres que serve Lisboa. Este é um troço de captação de água, com 4 km 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, e 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 participantes vão conhecendo algumas curiosidades sobre o Aqueduto e as razões que levaram este Monumento Nacional a concorrer a Património Mundial da Humanidade.

- **Calendarização**

Terça a sexta-feira, às 10h00, 14h30 e 19h00 (horário de verão)

- **Público-alvo**

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

- **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800



[UM OLHAR SOBRE O 25 DE ABRIL: DOS ANTECEDENTES À REVOLUÇÃO - VISITA ORIENTADA - POSTO DE COMANDO DO MOVIMENTO DAS FORÇAS ARMADAS]

• 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 MFA, 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, 14h30 e 19h00

• **Público-alvo**

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

• **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

["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 10h e às 14h30

• **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância, ensino básico, 1.º, 2.º e 3.º ciclo

• **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800

["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 histórica dos monumentos mais emblemáticos do concelho.

• **Calendarização**

Terça, quarta e sexta-feira, às 10h e às 14h30

• **Público-alvo**

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

• **Serviço promotor**

Divisão de Cultura e Turismo

Tlf: 219 320 800





[educação
para a cidadania]



[PLANO DE AÇÃO EDUCATIVA 2025/2026 “CONCURSO ESCOLA MAIS RESILIENTE”]

• Descrição

Tem sido apanágio deste Serviço 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 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.

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.

| **Temáticas:** Planos de Emergência, Sismos, Cheias, Perigo em Espaços Públicos, Segurança na Praia, Raposa Chama, Primeiros Socorros, Alterações Climáticas.

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância ao 12.º ano de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Serviço Municipal de Proteção Civil

Tlf: 219 320 895

[PLANO DE AÇÃO EDUCATIVA “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.

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

- **Público-alvo**

Alunos/as do jardim-de-infância ao 12.º ano de escolaridade.

- **Serviço promotor**

Serviço Municipal de Proteção Civil

Tlf: 219 320 895

[PROJETO SER SEGUR@]

- 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 no Ensino Pré-escolar e 1.º Ciclo do Ensino Básico, atualmente designado por Projeto Ser Secur@.

- **Público-alvo**

Alunos/as do ensino pré-escolar, 1.º ciclo do ensino básico da rede de escolas públicas do Concelho de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[JORNADAS PEDAGÓGICAS]

- Descrição

A Educação em Portugal tem-se caracterizado por um estado de permanente mudança, fruto de diferentes orientações políticas, do cumprimento de diretrizes europeias e, sobretudo, da necessidade de acompanhamento das mudanças sociais mais significativas, assim como do considerável progresso técnico, científico e social. Estas alterações exigem de todos os envolvidos no processo educativo, uma grande flexibilidade de pensamento e constante atualização de conhecimento. Nesta perspetiva, a CM Odivelas tem estado em consonância com as medidas incrementadas pelo Ministério da Educação no âmbito da autonomia e flexibilidade curricular nas escolas. É um concelho pioneiro na semestralidade letiva, permitindo uma organização escolar mais próxima e que identifica as reais necessidades e potencialidades dos alunos do

concelho. Assim, em reconhecimento do papel, empenho e dedicação dos agentes educativos em prol dos(as) alunos(as) do Concelho, realizam-se as Jornadas Pedagógicas, cujas temáticas variam anualmente.

- **Público-alvo**

Comunidade educativa das escolas da Área Metropolitana de Lisboa.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

["A ESCOLA VAI COMEÇAR!" / "PARTICIPAR É EDUCAR!"]

- 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 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).

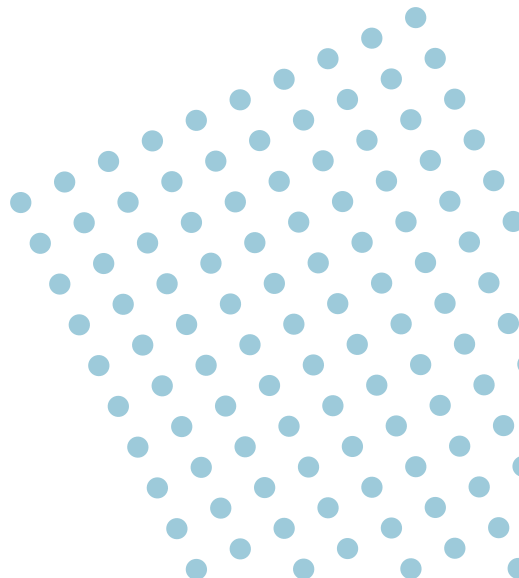
- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf. 219 320 350



[infância e juventude]



[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**

Dos 0 aos 11 anos.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[CAPACITA-TE]

• Descrição

Ciclo de *workshops*/palestras, onde se pretende promover a cidadania ativa e responder aos desafios atuais da juventude através de um modelo de educação não-formal.

Os temas propostos resultam, tanto da auscultação dos jovens que participaram em *workshops* anteriores, como da consulta das direções dos Agrupamentos de Escolas/Escolas não agrupadas.

Nesse sentido, para o ano letivo 2025/2026 prevê-se realizar *workshops* com os seguintes **temas**:

- Saúde Mental – outubro 2025 (Dia Mundial da Saúde Mental)
- Desafios no Estudo _ Gaming e Redes Sociais – novembro 2025 (Dia Internacional do Estudante)
- Multiculturalidade – dezembro 2025 (Dia Internacional dos Direitos Humanos)
- Discriminação e Preconceito – janeiro 2026 (Dia Escolar da Não Violência e da Paz)
- Violência no Namoro – fevereiro 2026 (Dia S. Valentim)
- Igualdade de Género – março 2026 (Dia Internacional da Mulher)
- Comportamentos Aditivos Com Substância – abril 2026 (Dia Mundial da Saúde)
- Sexualidade Juvenil - abril 2026 (Dia Mundial da Saúde)
- Gestão do Tempo e do Stress para os Exames Nacionais – maio 2026 (Época de Exames Nacionais)

- **Público-alvo**

Alunos/as do 9.º ano ao ensino secundário que frequentam escolas do Concelho de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Gabinete de Juventude

Tlf: 219 320 480

[MOSTRA DE OFERTAS PROFISSIONAIS E EDUCATIVAS (MOPE)]

- Descrição

A Mostra de Ofertas Profissionais e Educativas (MOPE) assume-se como um espaço privilegiado de informação e de apoio para uma escolha informada e segura do percurso académico e profissional das gerações mais novas. Simultaneamente, é desenvolvido o *E-book* MOPE, com o intuito de dar a conhecer aos(às) alunos(as), docentes, técnicos(as) e famílias, as ofertas educativas existentes nas escolas públicas do Concelho de Odivelas, assim como as demais ofertas formativas e profissionais da Área Metropolitana de Lisboa. Reforça o objetivo de ajudar os/as jovens a tomar uma decisão informada e consciente, no que respeita ao seu futuro pessoal e profissional.

- **Público-alvo**

Alunos/as dos 8.º e 9.º anos de escolaridade (ou níveis de educação equiparados) das escolas públicas do Concelho de Odivelas

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350

[CYBERSEGUR@]

- Descrição

Em pleno século XXI, a internet assumiu a dimensão de serviço público essencial, necessário à vida e organização dos Estados e dos/as seus/suas cidadãos/cidadãs. O seu acesso e utilização adquiriram, de forma não formal, um estatuto de direito civilizacional, sem o qual não está garantida liberdade plena das pessoas singulares ou coletivas. Este estatuto de fator determinante para a promoção e garantia de determinados direitos e liberdades, comporta a inevitável expectativa de uma utilização livre, segura, permanente, sem discriminação ou prejuízo de direitos e liberdades fundamentais.

Consciente da importância da *internet* na vida dos seus munícipes mais jovens, desde 2021/2022, a CM Odivelas desenvolve o *Programa*

CyberSegur@ - Programa de Promoção da Literacia e Cidadania Digitais e Prevenção do Cyberbullying.

• Objetivos:

- a) Promoção de competências digitais – literacia digital;
- b) Promoção da Cidadania Digital;
- c) Prevenção do *Cyberbullying*;
- d) Prevenção das Dependências – *internet* e *jogo online*;
- e) Prevenção e sensibilização para os fenómenos associados à criminalidade *online*.

• Público-alvo

Alunos/as do ensino básico das escolas públicas do Concelho.

• Serviço promotor

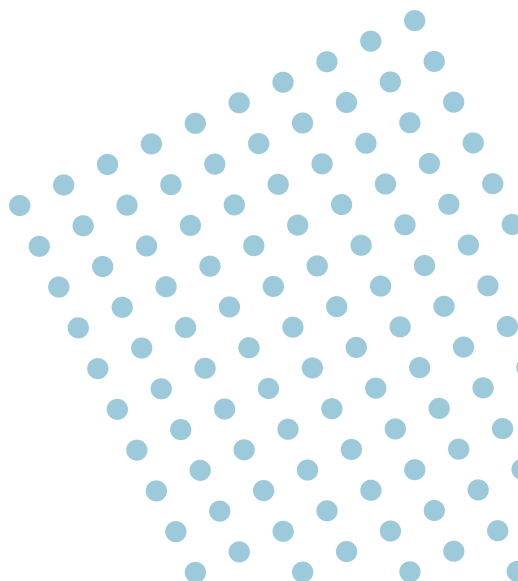
Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Tlf: 219 320 350





[ocupação
de tempos livres]



[OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES OTL'S]

• Descrição

O projeto *OTL's* funciona em todos os períodos de interrupção letiva, observando o calendário escolar adotado pelas Escolas do Concelho, Páscoa e Natal. 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**

Dos 6 aos 17 anos.

- **Serviço promotor**

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

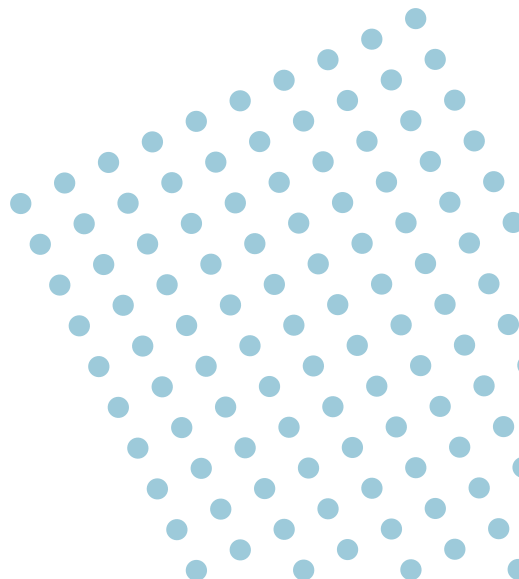
Gabinete da Juventude

Tlf. 219 320 350





[promoção da saúde]



["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**

Docentes e discentes do 2.º e 3.º ciclo do ensino básico, secundário, escolas profissionais e encarregados de educação.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde
Tlf. 219 320 970

["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
Tlf. 219 320 970

["PROGRAMA "EU E OS OUTROS"]

• Descrição

Projeto promovido pelo SICAD em parceria da CMO, no âmbito da prevenção de comportamentos aditivos e dependências (CAD). Visa a formação anual de um conjunto de aplicadores/as do Programa em contexto escolar, constituído por professores/as, enfermeiros/as,

psicólogos/as, agentes da PSP, assistentes sociais e outros/as técnicos/as de intervenção sociocomunitária. O Programa assenta na exploração de histórias interativas e subordinadas a temas distintos da prevenção de Comportamentos Aditivos e Dependências, nas quais os participantes tomam decisões influenciando, deste modo, o desenvolvimento do enredo. O programa tipo prevê no mínimo 7 sessões para a sua exploração, com aproximadamente 1h cada. Este programa prevê igualmente sessões de supervisão e de avaliação.

- **Público-alvo**

Alunos/as do 3.º ciclo e ensino secundário/profissional dos Agrupamentos de Escolas e Escolas não Agrupadas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde
Tlf: 219 320 970

[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/profissional dos Agrupamentos de Escolas e Escolas não Agrupadas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde
Tlf: 219 320 970

[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**

Alunos/as do jardim-de-infância e 1.º ciclo do ensino básico do concelho.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

["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**

Alunos/as do jardim-de-infância e 1.º ciclo do ensino básico do concelho.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

["OH!! 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 de 1.º ciclo das escolas básicas do concelho.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

["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 jardim-de-infância e 1.º ciclo das escolas básicas do Concelho dos Agrupamentos de Escolas aderentes ao Projeto.

• Serviço promotor

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

["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 das escolas básicas do concelho.

• Serviço promotor

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

[AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE AS TEMÁTICAS: STRESS E BURNOUT - "PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM CONTEXTO ESCOLAR"]

• Descrição

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

População docente e assistentes operacionais.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

[AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA: INTELIGÊNCIA EMOCIONAL]

- Descrição

Realização de ações de sensibilização juntos dos/as docentes, assistentes operacionais e dos/as jovens para reflexão sobre a importância da gestão das emoções no meio escolar, bem como o conhecimento sobre como desenvolver a inteligência emocional para o desenvolvimento de uma adolescência saudável.

A ação tem por **objetivos**: Promoção da literacia em Saúde Mental; desenvolvimento de competências de autoconsciência emocional e autogestão emocional; desenvolvimento de competências de comunicação assertiva, resolução de conflitos.

- **Público-alvo**

Alunos/as 3.º ciclo, secundário e profissional.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

[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 mesmos, 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; 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 universo escolar do Município de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

["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 a capacitação dos Educadores e Professores, 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, 3.º ciclo e secundário, incluindo cursos profissionais; professores e assistentes operacionais.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

["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 á 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 1.º/2.º /3º ciclo do ensino básico e secundário.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

["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/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 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 do 3.º ciclo e secundário.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf.: 219 320 970

[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, secundário e profissional do universo escolar do Município de Odivelas.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970

[AÇÃO DE SENSIBILIZAÇÃO SOBRE A TEMÁTICA: TABACO/ÁLCOOL]

- Descrição

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

A ação tem por **objetivos**: Aumentar a conscientização sobre os riscos à saúde; dotar os/as jovens de conhecimentos sobre os riscos do álcool e do tabaco e do fumo passivo, bem como informar acerca dos benefícios em deixar este consumo; prevenir o início do consumo e incentivar a reflexão e a mudança de comportamento.

- **Público-alvo**

Todos os ciclos, incluindo jardim-de-infância.

- **Serviço promotor**

Divisão de Saúde

Tlf: 219 320 970



Odivelas
CÂMARA MUNICIPAL

Divisão de Projetos Educativos, Igualdade e Cidadania

Rua Laura Alves, 5 - Urbanização da Ribeirada

2675-608 Odivelas

www.cm-odivelas.pt

