

# SEMANA DA SAÚDE

## 6 A 10 DE MAIO

### AGRUP. DE ESCOLAS DE FRAGOSO

## PROGRAMA

### 06 DE MAIO (2.ª FEIRA)

Ao longo do dia | Partilha de frases sobre Saúde. 2.º e 3.º ciclos (CN)

**10h15** | Abertura da Semana da Saúde (JPS e Clube É-te=Iguar?)

**10h20** | Sessão sobre Prevenção do Cancro - “Eu sou...E Eu vou”

(Dra. Cristiana Fonseca, LPCC). 8.º A e C.

**14h45** | Sessão “Exercício físico e cuidados nutricionais no Jovem Atleta” (Dr. Rui Escaleira, Medicina Desportiva). 7.ºA e C, 8.ºC.

### 08 DE MAIO (4.ª FEIRA)

**10h00** | Mostra de Ervas Aromáticas (JPS)  
| Prova de sumos naturais (JPS)

### 10 DE MAIO (6.ª FEIRA)

**15h00** | Sessão sobre Igualdade de Género e Não Discriminação  
(Dra. Carolina Castro, CMB). 8.ºB

**17h30** | Workshop sobre “Suporte Básico de Vida” para toda a comunidade (CVP – Núcleo de Aldreu)

### 07 DE MAIO (3.ª FEIRA)

Ao longo do dia | “Jogos para todos” (EF)

**Manhã** | “Dentista vai à escola” - Sessões sobre **Saúde Oral** (Dr. João Santos).

Fragoso (4.º ano), Palme (1.º Ciclo) e JI de Aldreu.

**10h00** | Atuação do Clube de Dança.

**17h00** | Sessão sobre “Alimentação Saudável” para a comunidade educativa  
(Dra. Jéssica Costa, Nutricionista).

No final haverá um **lanche saudável**.

### 09 DE MAIO (5.ª FEIRA)

Ao longo do dia | Atividade “Beber + água” (1.º ciclo).

**14h00 às 15h30** | Sessões sobre “Prevenção do Sol” (Dra. Raquel Eiras, Farmácia Passos Carneiro, Fragoso). 1.º Ciclo Fragoso

### 06 A 10 DE MAIO

| Rastreio Visual em todas as turmas.

| Exposição de chapéus de sol (JI e 1.º Ciclo).

| Exposição “Eu Sou...E Eu Vou” .

| Mostra de Livros sobre Saúde (BE).