



## Escola 3/Secundária Martinho Árias

### Plano de actividades da “Semana da Saúde 2011” promovida pelo Espaço J

	Segunda – 09/05	Terça – 10/05	Quarta – 11/05	Quinta – 12/05
Manhã	<p>Actividade: <b>“Rastreio oftalmológico”</b>  Hora: <b>A partir das 11h30</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J</b></p>	<p>Actividade: <b>Peça “Macacos e Pombos” – teatro debate sobre bullying</b>  (USINA)  Hora: <b>10h05</b>  Público-alvo: <b>7º e 8º anos</b>  Local: <b>Auditório</b></p> <p>Actividade: <b>“Rastreio oftalmológico”</b>  Hora: <b>10h00</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J</b></p>	<p>Actividade: <b>“Avaliação da T.A., glicemia, colesterol e IMC”</b>  (12ºA)  Hora: <b>8h45 às 10h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J (sala C2.15)</b></p> <p>Actividade: <b>“Pressão de pares”</b>  (Espaço J)  Hora: <b>10h-10h45</b>  Público-alvo: <b>12ºA</b>  Local: <b>Sala B1.13</b></p>	<p>Actividade: <b>“Pressão de pares”</b>  (Espaço J)  Hora: <b>9h15-10h</b>  Público-alvo: <b>12ºB</b>  Local: <b>Sala B1.1</b></p>
Almoço	<p>Actividade: <b>“Aperitivo saudável”</b>  (CEF3 SM – Prof. Francisco Figueira e Catarina Baptista)  Hora: <b>12h às 16h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Sala ao lado do refeitório</b></p> <p>Actividade: <b>Sessão de esclarecimento “Dar sangue – Informações, dúvidas e mitos”</b>  (Instituto Português do Sangue)  Hora: <b>13h45</b>  Público-alvo: <b>12º, professores, funcionários</b>  Local: <b>Auditório</b></p>	<p>Actividade: <b>“Master de dança”</b>  Hora: <b>14h15</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Recreio</b></p> <p>Actividade: <b>“Rastreio oftalmológico”</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J</b></p> <p>Actividade: <b>“Recolha de brinquedos para adaptar para pessoas com paralisia cerebral”</b>  (Espaço J, alunos 12ºA, INTEP )  Hora: <b>13h – 15h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Recreio (frente ao bloco A)</b></p>		<p>Actividade: <b>“Por uma coluna saudável - Exercícios de prevenção”</b>  Hora: <b>14h15</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Sala de ginástica</b>  (trazer sapatilhas)</p>
Tarde	<p>Actividade: <b>“Rastreio oftalmológico”</b>  Hora: <b>até às 17h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J</b></p> <p>Actividade: <b>“Avaliação da T.A., glicemia, colesterol e IMC”</b>  (12ºA)  Hora: <b>18h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J (sala C2.15)</b></p>	<p>Actividade: <b>Recolha de sangue</b>  (IPS)  Hora: <b>16h -20h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade</b>  Local: <b>Unidade Móvel (recreio)</b></p> <p>Actividade: <b>“Rastreio oftalmológico”</b>  Hora: <b>até às 17h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J</b></p>	<p>Actividade: <b>“Passeio pedestre - De Tapeus ao Casmilo”</b>  (12ºA – AP, EF e Bio; Espaço J)  Hora: <b>14h30</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Serra do Sicó</b></p>	
Noite	<p>Actividade: <b>“Avaliação da T.A., glicemia, colesterol e IMC”</b>  (12ºA)  Hora: <b>19h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade escolar</b>  Local: <b>Espaço J (sala C2.15)</b></p>	<p>Actividade: <b>Recolha de sangue</b>  (IPS)  Hora: <b>16h -20h</b>  Público-alvo: <b>Comunidade</b>  Local: <b>Unidade Móvel (recreio)</b></p>		

