

Assembleia da Juventude 2024/25

Saúde

Agrupamento de Escolas Gil Eanes

Saúde Física

Além de outros fatores, o desporto é o pilar para uma boa saúde física.

Deste modo, salientamos a importância de ter, mas acima de tudo de conservar os espaços para a atividade física.

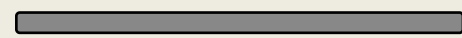
Sugerimos:

- a reabilitação de espaços de desporto;
- o alargamento de oportunidades para a promoção do desporto.

Espaços de corrida, caminhada, etc

Espaços pavimentados:

- Passadiços da Ponta da Piedade;
- Passadiços da Meia Praia



Espaços todo o terreno:

- Subida Porto de Mós - Talefo da Luz
- Mata de Barão



A reabilitação de espaços de desporto

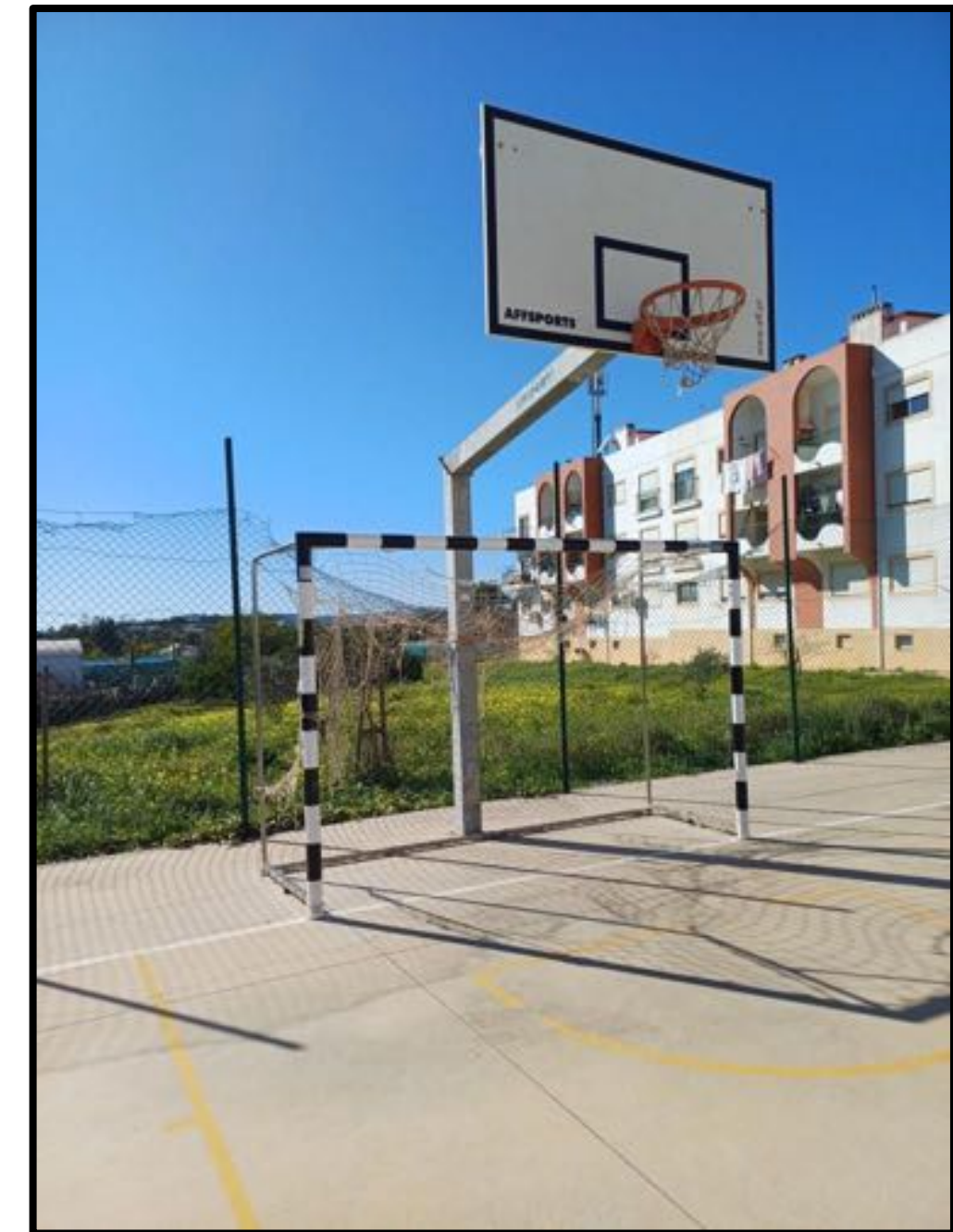
Espaços com necessidade de reabilitação

Freguesia de Odiáxere

Campo de jogos:

- Cestos de basquetebol e piso em bom estado

No entanto apresenta redes das balizas degradadas

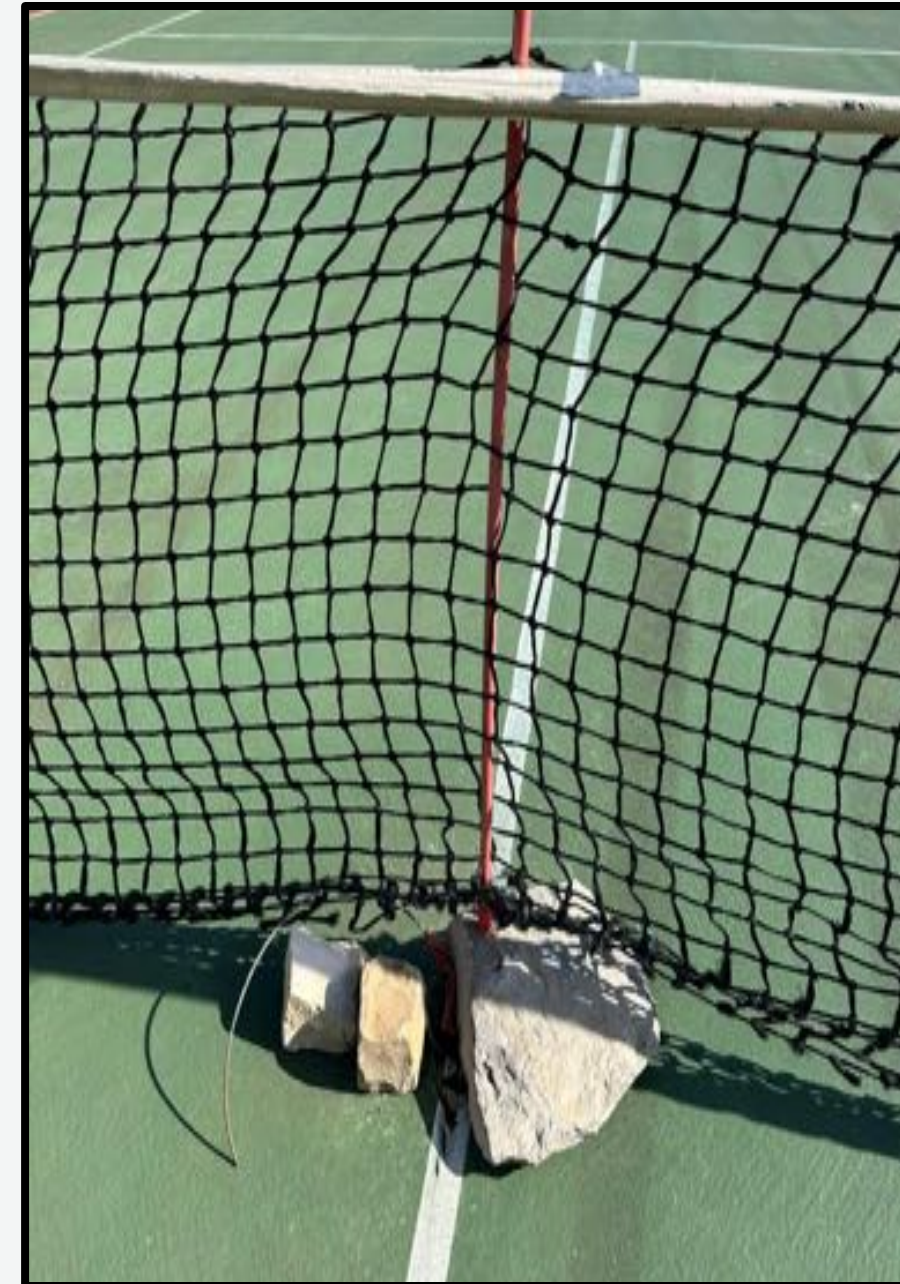


Espaços com necessidade de reabilitação

Freguesia da Luz

Rede de ténis:

- com buracos;
- sustentada por pedras e por cordas.



Espaços com necessidade de reabilitação

Freguesia da Luz

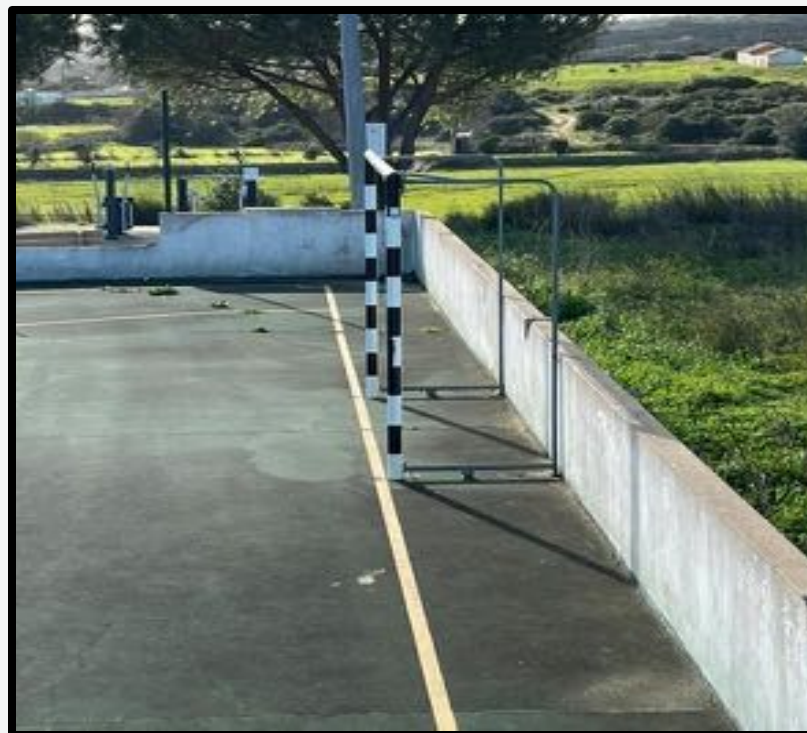
Campo desportivo:
● não tem balizas.



Espaços com necessidade de reabilitação

Freguesia da Luz - Almádena

- Mau estado do piso
- Ausência de rede de proteção junto à baliza



Espaços com necessidade de reabilitação

Freguesia da Luz - Almádena

- Falta de cesto de basquetebol
- Ausência de redes nas balizas



Espaços com necessidade de reabilitação

Polidesportivo Rua da Ameijeira

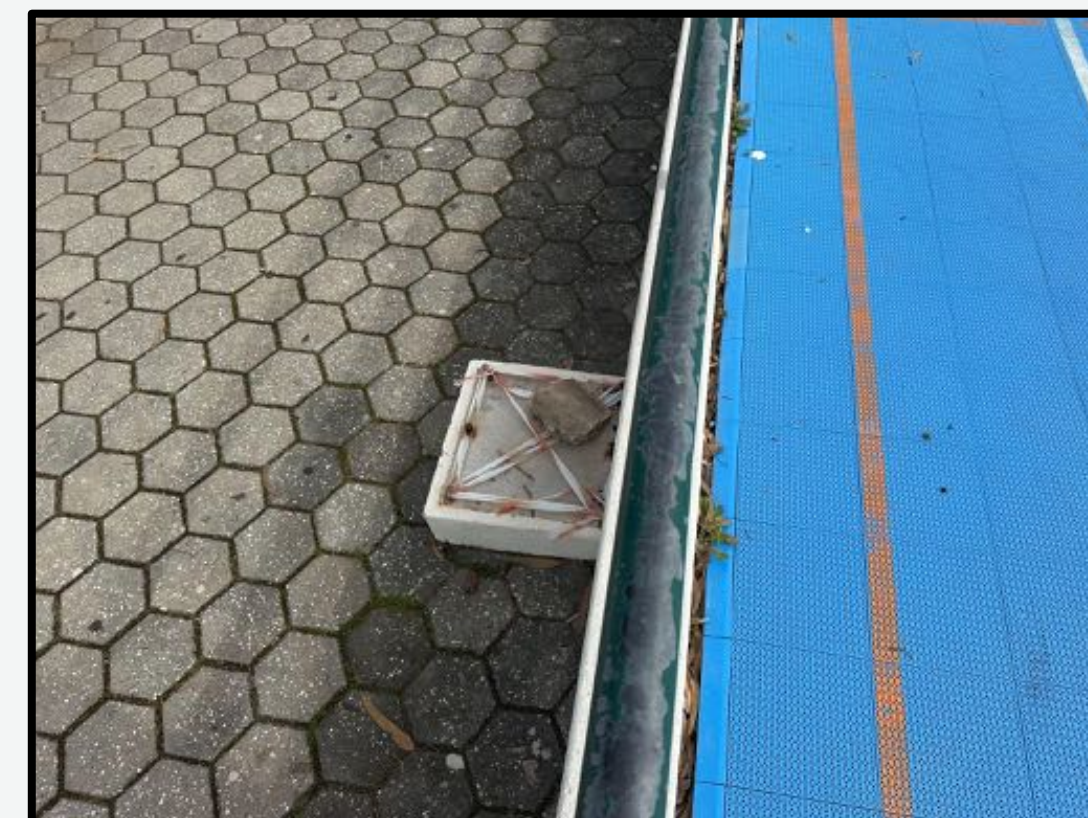
- Baliza sem redes
- Redes que cercam o campo de jogos em muito mau estado
- Falta de rede em todos os cestos
- Cestos de basquetebol de alturas reduzidas



Espaços com necessidade de reabilitação

Polidesportivo Porta da Vila - Campinhos

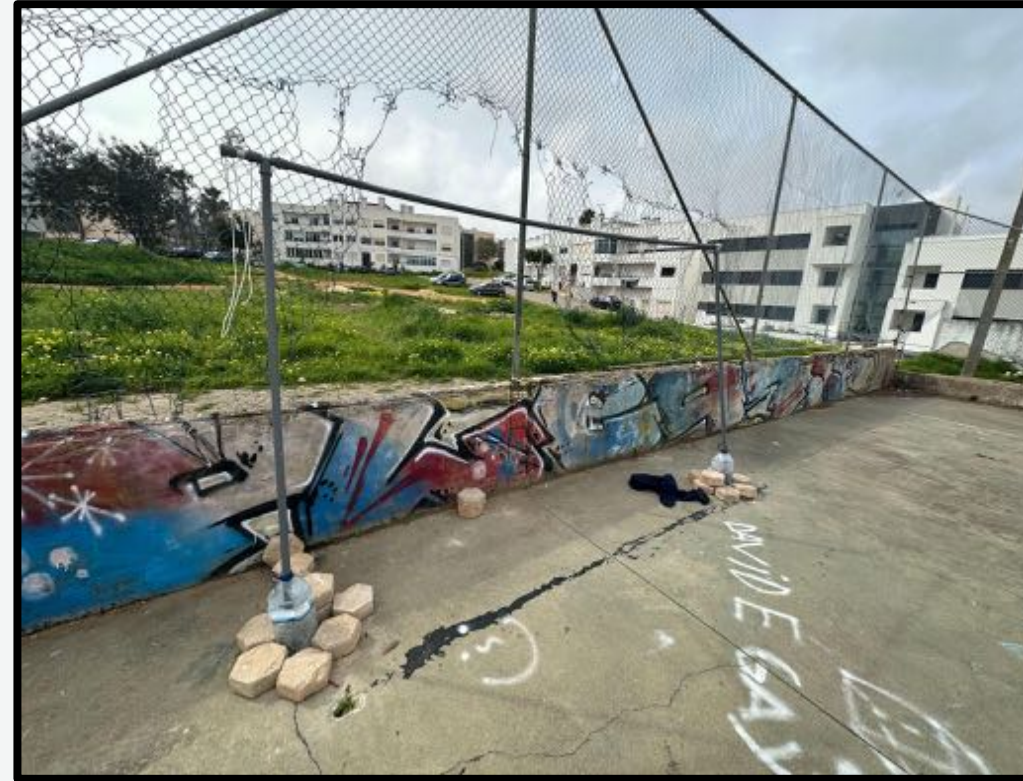
- Baliza deslocada com piso em mau estado
- Ausência de um dos cestos de basquetebol
- Falta de rede em todos os cestos
- Piso propício a lesões
- Cestos de basquetebol de altura reduzida



Espaços com necessidade de reabilitação

Campo de Jogos Chesgal

- Ausência de balizas
- Piso em mau estado
- Ausência de marcações
- Entrada do recinto com a rede estragada



Espaços com necessidade de reabilitação

Campo de Jogos de Bensafrim

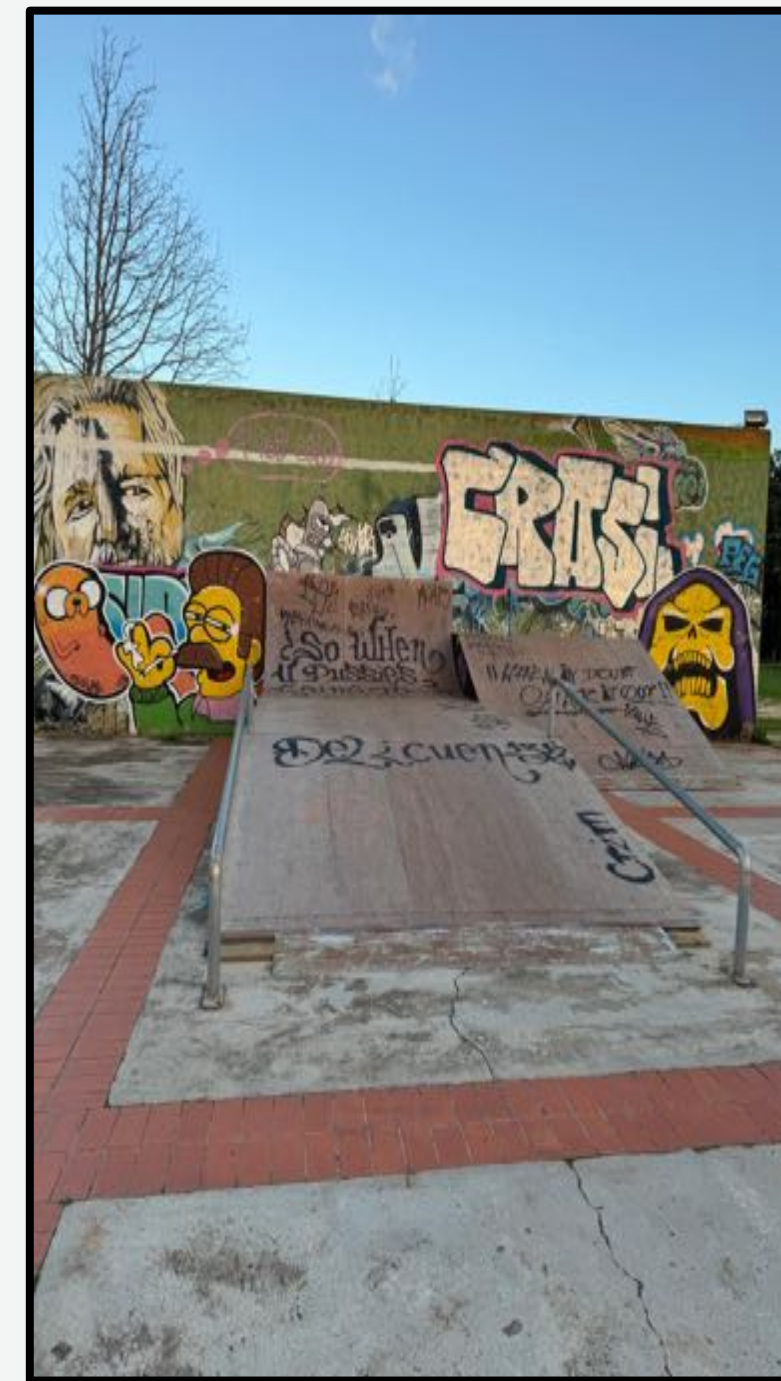
- Cestos de basquetebol sem rede
- Balizas sem rede



Espaços com necessidade de reabilitação

Campo de jogos e
Skate Park de Barão
de São João

- Baliza sem rede
- Rede de proteção do campo com vários buracos
- Skate Park degradado



Propostas nos espaços indicados

Polidesportivo da Rua da Ameijeira

- Instalação de uma rede no topo para evitar acidentes em caso da bola sair do recinto desportivo (exemplo representativo)



Propostas para os espaços já indicados

- Colocação de cestos de basquetebol de corrente
- Colocação de redes nas balizas
- Reparação/substituição e marcação de pavimentos

- Estacionamento para bicicletas e outros veículos de duas rodas
- Colocação de letreiros para sensibilização dos utentes (por exemplo, “Não vandalizes um espaço que é teu”)
- Iluminação sustentável dos campos:
 - No inverno, aos fins de semana até às 20h
 - No verão, todos os dias até às 23h

**O alargamento de oportunidades
para a promoção do desporto**

O alargamento de oportunidades para a promoção do desporto

Adesão ao *Cartão Jovem Municipal*

Se tens entre 12 e 29 anos (inclusive) então esta informação é para ti!

O Cartão Jovem Municipal é uma iniciativa que concede aos jovens munícipes um conjunto alargado de vantagens que promovem a mobilidade e a aquisição de serviços em áreas como o turismo, o desporto, a ocupação de tempos livres, as tecnologias de informação, 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.

Saúde Mental

Saúde Mental

A saúde mental influencia a maneira como pensamos, como agimos e como sentimos.

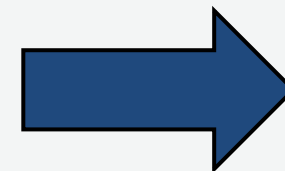
Uma saúde mental equilibrada abrange a capacidade de:

- tomar decisões;
- enfrentar desafios;
- lidar com o *stress*;
- manter relações saudáveis;
- lidar com adversidades diárias;
- alcançar um equilíbrio entre emoções

Saúde Mental

Os distúrbios mentais

- A depressão
- O *bullying*
- Os pensamentos suicidas
- O isolamento social
- As mudanças de hábitos
- Transtornos relacionados à ansiedade e ao stress



Podem ocorrer durante a escolaridade

Saúde Mental

Os distúrbios mentais

Onde podemos encontrar ajuda?

Estruturas de apoio à saúde mental

- Centro de Saúde de Lagos
- Gabinete de apoio psicológico escolar (Escola Gil Eanes)

Centro de Saúde de Lagos

Recursos disponíveis:

- Equipa de psiquiatria e de psicólogos disponível semanalmente num gabinete
- Equipa de saúde mental comunitária presente semanalmente no centro de saúde para ajudar utentes com problemas menos graves
- ELI (0/6 anos) - Apoio para crianças com problemas de desenvolvimento psicológico
- GASMIN - Apoio a crianças com problemas de desenvolvimento e socialização (6/12 anos)
- GAJE (Hospital de Portimão) - Apoio psicológico para utentes com mais de 13 anos encaminhados por um médico
- Psicólogo para adultos com gabinete próprio

Todos estes recursos requerem a recomendação de um médico de família que encaminha os pacientes de acordo com a sua faixa etária e o seu estado psicológico e de desenvolvimento.

Câmara Municipal de Lagos (CML)

Psicólogas da Câmara Municipal de Lagos (CML) alocadas ao 1.º ciclo:

- Dra. Tânia Vicente, responsável pelo acompanhamento nas Escolas Básicas de Bensafrim, Chinicato e Odiáxere.
- Dra. Sílvia Teixeira, que presta apoio na Escola Básica Sophia de Mello Breyner Andresen e na Escola Básica da Ameijeira.

Escola das Naus

G@P (Gabinete de Apoio Pedagógico)

- Educadora Social Patrícia Almeida dedicada a projetos que envolvem os alunos e que abordam temas importantes para a socialização dos mesmos
- Psicóloga Cláudia Inácio dedicada ao acompanhamento psicopedagógico de alunos com Necessidades de Saúde Específicas (NSE), a meio tempo, e a outros casos sinalizados pela escola.

Escola Gil Eanes

Serviço de Psicologia e Orientação (SPO).

- Dra. Sancha Paiva, psicóloga de orientação vocacional a tempo inteiro no Serviço de Psicologia e Orientação **(SPO)**.

G@M (Gabinete de Apoio Multidisciplinar)

- Neste gabinete encontra-se a Psicóloga Cláudia Inácio que atua a meio tempo. Tem como objetivo definir, planear e implementar de forma concertada e integrada um conjunto de respostas multidisciplinares, capazes de colmatar problemáticas escolares (absentismo, abandono, indisciplina), sociais (pobreza, exclusão social, disfunção familiar) e psicológicas (instabilidade emocional, desenvolvimento de competências socioemocionais) tendo como objetivo promover o desenvolvimento saudável das crianças e jovens, assim como o seu sucesso educativo.

Agrupamento de Escolas Gil Eanes

O agrupamento dispõe de:

- Uma terapeuta da fala
 - Uma fisioterapeuta
 - Uma psicomotricista para o 1º ciclo e tem também alguns alunos na EB das Naus.
- } Ambas prestam apoio a **todos** os alunos do agrupamento

É de referir que o Agrupamento tem a sua equipa EMAEI (Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva) com a Coordenação da Professora Anabela Glória.

Associações cooperantes para a promoção do apoio mental

As parcerias com entidades locais desempenham um papel fundamental no apoio aos alunos e às famílias. Destacamos as seguintes colaborações:

- **GASMI (Gabinete de Apoio à Saúde Mental Infantil):** Apoio a jovens até aos 12 anos, embora com listas de espera significativas.
- **GAVA (Gabinete de Apoio à Vítima):** Dinamização de ações de sensibilização em turma sobre diversos temas.
- **PSP – Escola Segura:** Parceria na realização de ações de sensibilização junto das turmas
- **Município de Lagos-** com a oferta de várias atividades para os alunos (ver agenda no site da CML "Agenda Educativa")/por vezes também articulam com a ação social do município para agilizar procedimentos/ajudas para determinados alunos e/ou famílias.
- **Cruz Vermelha** que disponibiliza consultas mais acessíveis a nível financeiro , entre outras.

Propostas - Saúde Mental

Os distúrbios mentais

- **Divulgação dos serviços disponíveis através das redes sociais, página da escola e site da Câmara**
- **Organização de palestras nas escolas**
- **Maior disponibilização de consultas de apoio mental para estudantes até ao ensino secundário, o que exige mais recursos humanos.**

→ É importante destacar o agravamento da saúde mental de todos os inclusos no ambiente escolar, tornando-se urgente apostar em medidas preventivas e de fundo. A promoção da saúde ocupacional e do bem-estar dos profissionais da educação, incluindo professores, auxiliares e técnicos, também deve ser uma prioridade.

→ Os desafios atuais exigem a alocação de recursos humanos suficientes para dar resposta às crescentes dificuldades e problemáticas enfrentadas pelas escolas. Investir na saúde mental e no bem-estar de toda a comunidade educativa é essencial para garantir um ambiente escolar mais saudável, produtivo e equilibrado.