

Proposta: Plano de Atividades GAAF 2025/2026

Ações para Alunos

Público-alvo	Ações	Objetivos Gerais	Calendarização	Dinamizadoras
EB 2.3	Dia Mundial de Resolução de Conflitos 16/10/2025 (Pontual)	Promover a sensibilização para a resolução pacífica de conflitos.	1º Semestre	Susana Fernandes e Prof. Lia Lamarão.
EB 2.3	Convivência Inclusiva	Promover a inclusão plena e efetiva dos alunos com necessidades educativas especiais no ambiente escolar, grupo turma.	1º/2º Semestre	Susana Fernandes e Prof. Anabela Caeiro.
Alunos do 3º Ciclo	Prevenção Rodoviária	Promover a formação integral dos alunos enquanto cidadãos responsáveis, desenvolvendo valores como respeito pelas regras de trânsito, a importância do coletivo e o cuidado com a sua própria vida e com a vida do outro, criando um ambiente mais seguro para todos.	1º Semestre	Susana Fernandes, Prof. Jacinta Afonso, Prof. Ana Sofia Cavaco - Articulação com Escola Segura.
Alunos do Secundário	Aprendizagem, Memória e Ansiedade	Dar conhecimento aos alunos da importância da Aprendizagem e da Memória, bem como do Treino da Atenção, para que os níveis de Ansiedade sejam reduzidos.	1º e 2º Semestre	Andreia Mateus e Prof. Nídia Prata. - Articulação Departamento de Educação Física e Expressões Artísticas

Alunos do Secundário	Educar para os Afetos - A Importância dos Afetos	Dotar os jovens de estratégias para saber lidar e validar os seus afetos e emoções, fomentando uma reflexão conjunta acerca do tema. Promoção para o autoconhecimento.	1º/2º Semestre	Andreia Mateus e Prof. Carla Damásio
Alunos do Secundário	A Ansiedade face aos Momentos de Avaliação	Dar a conhecer o que significa a Ansiedade face aos Testes/Exames. Munir os jovens de estratégias para lidar com as demais situações.	1º/2º Semestre	Andreia Mateus
Alunos Pré-Escolar	“Desliga-te”	Promover o desenvolvimento de competências pessoais e sociais.	1º/2ª Semestre	Andreia Mateus, Susana Fernandes e Ana Cristina Alves (PAPE).
Alunos do 1º Ciclo	Preocupações e Ansiedade	Dotar as crianças para lidarem de forma saudável e assertiva com as suas preocupações e ansiedade.	1º/2º Semestre	Andreia Mateus e Ana Cristina Alves (PAPE)
Alunos do 1º Ciclo	Emoções e Bullying	Munir as crianças de ferramentas emocionais para saberem identificar e gerir as próprias emoções. Sensibilizar os alunos para o tema e levá-los a compreender o que é o Bullying. As suas consequências e formas de o prevenir.	2º Semestre	Andreia Mateus e Ana Cristina Alves (PAPE)
Alunos do 4º e 5º ano	“Entre Escolas”	Promover uma melhor adaptação na transição dos alunos do primeiro ciclo, 4º ano, para o segundo ciclo, 5º ano através do acolhimento realizado pelos alunos do 5º ano;	2º Semestre	Andreia Mateus, Susana Fernandes e Ana Cristina Alves (PAPE).

Alunos 7º ano (ou turmas que estejam interessadas no tema)	Prevenção na Violência no namoro - APAV	Consciencializar e informar os alunos sobre o que é a violência no namoro, quais os sinais e consequências, bem como formas de a evitar;	2º Semestre	Mónica Simões - articulação APAV
Alunos 5º e 6º anos(ou turmas que estejam interessadas)	Violência Online APAV	Consciencializar e informar os alunos para os perigos da internet.	2º semestre	Mónica Simões - articulação APAV
Turmas que estejam interessadas	ABC da Poupança - Deco	Promoção da literacia financeira e educação para o consumo; Ensinar os alunos a ter uma noção do valor do dinheiro; Incentivar a poupança	final do 1º semestre/2º semestre	Mónica Simões

Proposta: Plano de Atividades GAAF 2025/2026

Ações para Pais

Público-alvo	Ações	Objetivos Gerais	Calendarização	Dinamizadoras
EE/Pais	Presentes de Natal – Projeto Anjinhos de Natal	Oferecer aos pais de alunos carenciados, com idades entre 3 e 12 anos, um presente de Natal, permitindo que eles possam entregá-lo aos seus filhos sem que estes percebam que foi obtido por meio de uma instituição.	Dezembro 2025/Janeiro 2026	Mónica Simões
EE/Pais	Cabaz de Natal ESLA	Proporcionar um cabaz alimentar às famílias com em elevada vulnerabilidade socioeconómica, acompanhadas pelo GAAF, promovendo um Natal mais digno aos nossos alunos.	Dezembro de 2025	Mónica Simões

EE/Pais	Esclarecimento (Nova) Lei dos Estrangeiros - CLAIM	Informar os EE/pais estrangeiros sobre os direitos e deveres previstos na Lei dos Estrangeiros em vigor em Portugal; Facilitar a integração social, cultural e laboral das famílias imigrantes; Informar e promover o acesso a serviços públicos (educação, saúde, segurança social).	2º Semestre	Mónica Simões, Mariana Oliveira e Alicia Martins (Mediadoras Linguística e Cultural)
EE/Pais	Direitos e Deveres dos alunos imigrantes na Escola	Promover o conhecimento e a compreensão dos direitos e deveres dos alunos imigrantes no contexto escolar, favorecendo a integração, a participação ativa e o sucesso educativo.	2º Semestre	Mónica Simões, Mariana Oliveira e Alicia Martins (Mediadoras Linguística e Cultural)
EE/Pais	Sinais e Sintomas das Dificuldades de Aprendizagem (Dislexia, Hiperatividade, Défice de Atenção, Autismo)	Capacitar os pais de conhecimentos e de estratégias de intervenção com as crianças e jovens no seu dia a dia. A importância de promover a aproximação entre a escola e a família, no sentido de promover uma evolução salutar da criança/jovem.	2º Semestre	Andreia Mateus e Ana Cristina Alves (PAPE)
EE/Pais	Transição do pré- 1º ciclo (Pontual)	Promover momentos de partilha e esclarecimento de dúvidas	2º Semestre	Susana Fernandes e Ana Cristina Alves (PAPE).

Proposta: Plano de Atividades GAAF 2025/2026

Ações para Docentes e Assistentes Operacionais

Público-alvo	Ações	Objetivos Gerais	Calendarização	Dinamizadoras
Assistentes Operacionais	Sensibilização Sobre Saúde Mental nas Escolas - Autocuidado	Promover a literacia ao nível da Saúde Mental e dotar o pessoal não docente de informação útil e prática face aos autocuidados, como forma de promover o seu bem estar.	2º Semestre	Andreia Mateus, Susana Fernandes e Ana Cristina Alves (PAPE).
Docentes	Reflectindo sobre a indisciplina - momentos de reflexão	Fomentar a reflexão crítica e colaborativa entre os docentes sobre as causas, manifestações e formas de intervenção na indisciplina em contexto escolar, promovendo estratégias pedagógicas e relacionais que favoreçam um ambiente educativo mais positivo, respeitador e inclusivo.	2º Semestre	Andreia Mateus e Susana Fernandes.
Docentes	Vamos Falar de Ansiedade e Recusa Escolar	Dotar os Docentes e a Comunidade Educativa de conhecimentos e competências que lhes permitam	2º Semestre	Andreia Mateus

		identificar, conceptualizar e intervir em situações de ansiedade e recusa escolar.		
Docentes e Assistentes Operacionais	Será Burnout ou Exaustão? A Linha Ténue entre o Burnout e o Perfeccionismo	Sensibilizar o formando para a temática da Exaustão/Burnout e o Perfeccionismo. Para quando a necessidade de Intervenção.	2º Semestre	Andreia Mateus