

Agrupamento de Escolas

Daniel Sampaio

SEMANA DO BEM-ESTAR



16 a 18 maio 2023

DIA 16 DE MAIO

FitEscola

8h30 - Atividades na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizadas pelo grupo de Educação Física (ao longo do dia)

Estratégias para o melhorar o relacionamento com o seu filho adolescente

18h30 - Palestra com a Master Coach em Inteligência Emocional Dra. Teresa Torres, da Associação de Pais da ESDS

Sessão para Encarregados de Educação do Agrupamento a decorrer na sala de audiovisuais na Esc. Sec. Daniel Sampaio

DIA 17 DE MAIO

FitEscola

8h30 - Atividades na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizadas pelo grupo de Educação Física (ao longo do dia)

Projeto "És Capaz?"

Educação para a Paz "Cidadania e direitos humanos"

1ª sessão - **10h15**

2ª sessão - **11h55**

Workshops na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizados pela Dra. Leonor Moura (Licenciada em Ciências da Educação)

Como ter uma mentalidade de sucesso e um maior equilíbrio emocional

Esc. Bás. Vale Rosal - **11h30**
(Auditório)

Esc. Sec. Daniel Sampaio - **14h30**
(Audiovisuais)

Palestra com a Master Coach em Inteligência Emocional
Dra. Teresa Torres, da Associação de Pais da ESDS

DIA 17 DE MAIO - continuação

Danças pelo Mundo

13h20 - Atividades na Esc. Bás. Vale Rosal dinamizadas pela prof^a. Sandra Surgy, no átrio da escola

UBUNTU

16h00 - Atividade na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizada pela prof^a. Marina Andrade

Saúde Psicológica : Encontrar uma saída

Sensibilização para a importância de **pedir ajuda** quando sentimos dificuldades. Esse é o primeiro passo para encontrar uma saída.

Primeiros 10 min de uma aula de cada turma do 10ºano - ação de sensibilização dinamizada pelo SPO do Agrupamento.

Mostra do Filme solidário

18h15 - sessão - dinamizada pela biblioteca na biblioteca da Esc. Sec. Daniel Sampaio



DIA 18 DE MAIO

FitEscola

8h30 - Atividades na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizadas pelo grupo de Educação Física (ao longo do dia)

Como ter uma mentalidade de sucesso e um maior equilíbrio emocional

Esc. Sec. Daniel Sampaio - 17h30

Palestra com a Master Coach em Inteligência Emocional
Dra. Teresa Torres, da Associação de Pais da ESDS

Sessão para o Pessoal Docente e Não Docente do Agrupamento

DIA 18 DE MAIO - Continuação

Projeto "És Capaz?"

Educação para a Paz
"Cidadania e direitos humanos"

1ª sessão - 8h30
2ª sessão - 17h00

Workshops na Esc. Sec. Daniel Sampaio dinamizados pela Dra. Leonor Moura (Licenciada em Ciências da Educação)



PRÉ - ESCOLAR E 1º CICLO

Atividades durante toda a semana

- Música
- Dança
- Zumba
- Percursos na Natureza

