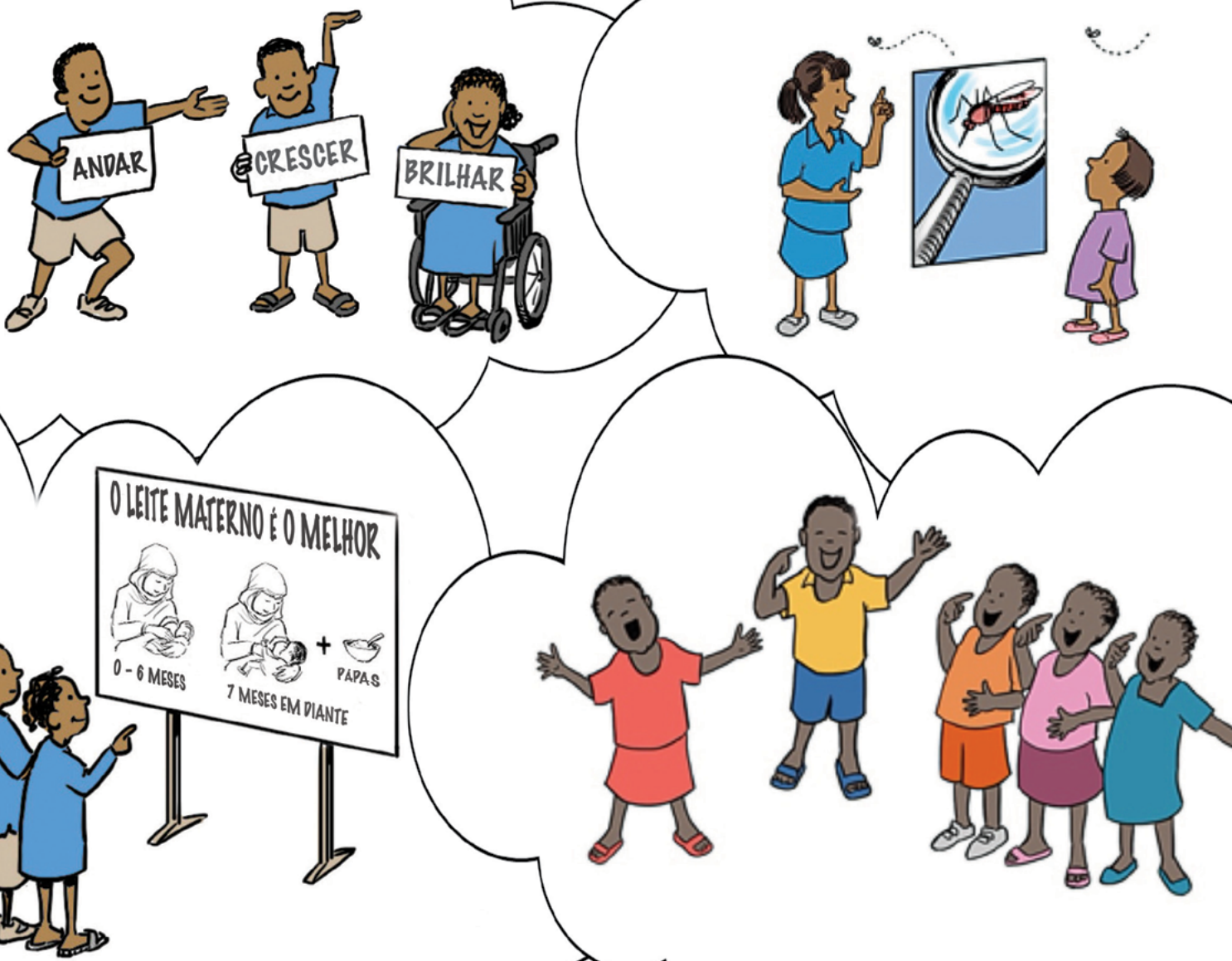


Ferramenta da abordagem PCAANS



A Participação de Crianças na Aprendizagem e Acção para a Nutrição e Saúde (PCAAAN)

A abordagem do PCAAAN foi implementada entre 2014 e 2016 em 12 escolas no distrito de Tsangano, província de Tete. Fundada pela DANIDA e pelo Governo de Moçambique, a PCAAAN foi uma estratégia de educação e parte de um plano liderado pelo Governo, o Plano de Acção Multissetorial para a Redução da Desnutrição Crónica (PAMRDC).

A PCAAAN mobilizou crianças entre os 10 a 14 anos (5a a 7a Classes) para aprender, compreender e partilhar mensagens e actividades de nutrição e higiene aprovadas pelo governo com o objectivo de diminuir a desnutrição através da comunicação para a mudança de comportamento.

A abordagem participativa permite que as crianças identifiquem oportunidades e desafios assegurados de que o programa era importante para a vida delas e das suas famílias

As crianças são activistas eficazes de nutrição e higiene.

Crianças e Professores reuniram-se no sábados com uma estrutura extra curricular aprovada pelo governo denominada " *Círculos de interesse* ", e seguiu um esquema de trabalho de dois anos baseado em cerca de 8 mensagens, cocriadas pelo Governo Provincial de Tete e pelas Escolas. Por favor, encontre mais detalhes no projecto actualizado *circulos de interesse* a baixo.



Os guiões para professores, livros de historia e cartazes foram cocriados e testados. Estes estavam ligados ao currículo local e aos resultados emergentes do programa.

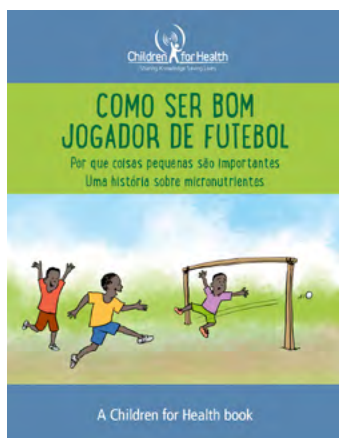
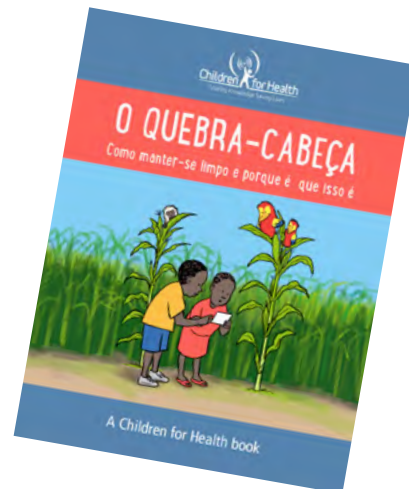
Após 2 anos, a Universidade de Zambéze, o SETSAN e a DANIDA avaliaram a abordagem e concluíram que foi um sucesso na educação nutricional e higiénica das crianças e suas famílias.

Em 2017, a FAO adotou a abordagem adicionando-a um programa de nível escolar baixo “Vamos Comer Alimentos Nutritivos”.O programa combinado foi implementado em três distritos de Tete: Tsangano, Macanga e Angónia num total de 36 escolas.

A abordagem do PCAAN tem sido exibida em muitos encontros nacionais e internacionais e nos livros de histórias e cartazes acedidos por telemóvel e amplamente utilizados por professores e crianças de quase todo Mocambique e de outros países do mundo.

Algumas pessoas expressaram dúvidas sobre a sustentabilidade do sistema do clube de sábado, com professores a pedirem pagamentos de horas extraordinárias.

Ligados a isto, quisemos encontrar formas mais simples de mobilizar mais crianças na escola, dentro das capacidades dos professores e formação extra mínima.



Em fevereiro de 2020, Clare Hanbury, CEO da Criança pela Saúde e Bibiche M. Sangwa, Consultora local, trabalharam durante 4 dias com 29 crianças entre os 10 a 14 anos na escola EP 1 e 2 de Changara Sede e demonstraram a capacidade das crianças de identificarem rapidamente questões preocupantes de saúde, aprenderem sobre elas, encontrarem formas criativas de comunicar mensagens de saúde para mudança de comportamentos e desenvolverem planos de actividades simples que abordassem questões nutricionais e de saúde relevantes para a sua escola e comunidade. No distrito de Changara, as crianças e suas famílias são afetadas pela malária, desnutrição, diarreia e outros problemas de saúde. Os técnicos e administradores do governo a todos os níveis fizeram questão de compreender como é que as crianças também podem contribuir para a saúde e bem-estar.



A formação foi aberta pela Directora Distrital de Educação, na presença de Técnicos de Educação da Direcção Distrital e Provincial.

As crianças aprenderam as mensagens chaves e sobre três tópicos de saúde usando o desenho e as actividades simples em grupo. Todas eram divertidas e participativas, as crianças tomaram notas nos seus cadernos de nota.

Os facilitadores mostraram às crianças como seria um plano para promover a Dieta Equilibrada; Em grupos fizeram um plano para lavar as mãos; e por si só as crianças fizeram um plano para prevenir a malária!



Na última sessão, as crianças organizaram-se em cinco grupos de cores dos bairros.

Um menino e uma menina foram seleccionados para liderar cada grupo. Decidiram onde e quando se reuniriam nos seus grupos de bairro para as suas sessões semanais e apresentaram os seus planos.

O Director da Escola e o Director Distrital de Educação ficaram satisfeitos e impressionados com o que as crianças tinham conseguido aprender em tão pouco tempo!

Foi depois desta demonstração que o PCAAN Se tornou PCAANS que significa Participação das Crianças na Aprendizagem e Acção em Nutrição e Saúde!

O Director da escola explicou às crianças muitas outras oportunidades que terão para ensinar as outras crianças e, em conjunto, partilhar mensagens de saúde e nutrição **na escola, nas salas de aulas** e no tempo extra-curricular, nas suas casas e na comunidade em geral. O Director da Escola descreveu esta abordagem como aproximando a escola e a comunidade e também uma forma de envolver os profissionais de saúde na escola.



A Abordagem PCAANS



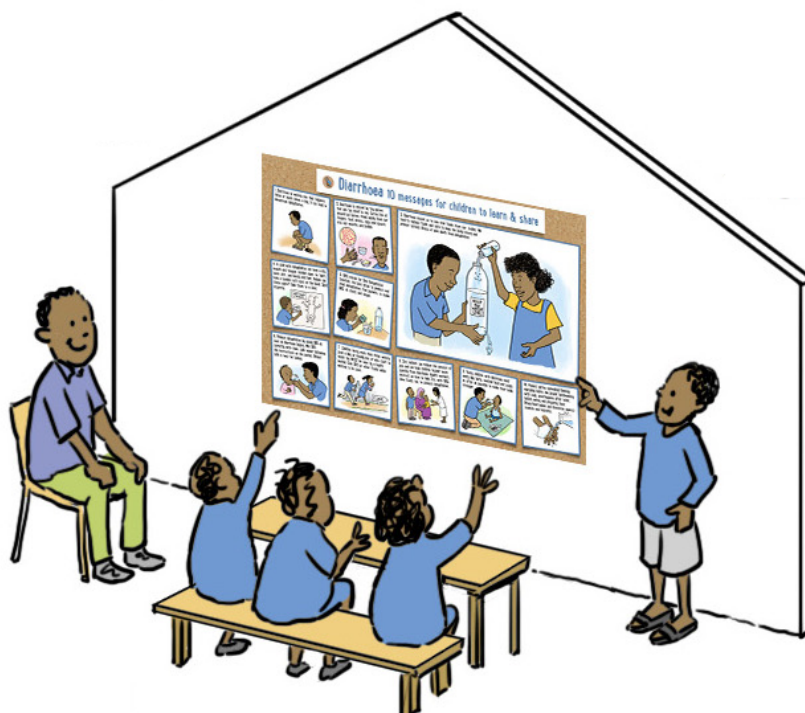
PCAANS é uma abordagem liderada por adultos e crianças envolvendo as crianças a realizarem acções práticas para saber mais sobre problemas de saúde e tomar mais acções.

As escolas podem organizar actividades em clubes de saúde e ter as crianças como líderes. **MAS VALE LEMBRAR QUE – A SAÚDE É PARA TODAS AS CRIANÇAS** – por isso a abordagem DEVE assegurar que através dos líderes as mensagens e actividades alcancem todas as crianças na escola e que todas as crianças compartilhem as mensagens com outros. CLUBES para ESCOLA e COMUNIDADE.

OS QUATRO PASSOS

1. ENSINA E COMPREENDA : (na sala de aulas)

- Os professores escolhem e depois ensinam uma ou mais mensagens relacionadas com um tema de saúde.
- Os professores usam actividades simples, desenhos e contam histórias para aprofundar a compreensão do tema.
- Os professores ensinam uma ou duas perguntas simples para introduzirem o tema aos seus familiares.



2. DESCUBRA MAIS (na comunidade)

- 📎 As crianças conversam o tema com amigos e ou membros da família.
- 📎 As crianças observam e descobrem mais sobre o que está acontecendo em suas próprias casas e na comunidade.
- 📎 As crianças descobrem mais perguntando por exemplo aos vizinhos ou amigos.



3. PLANO DE ACÇÃO (na sala de aula e na comunidade)

Em um grupo no bairro com um alcunha (como uma cor ou um animal) tendo um rapaz ou uma menina, eleitos como líderes, pensem, discutam e criem um PLANO de acção com as 3 partes seguintes:

- 📎 O que Podemos fazer sozinhos para ajudar a nós mesmos?
- 📎 O que Podemos fazer sozinhos para ajudar aos outros?
- 📎 O que Podemos fazer juntos para ajudar aos outros?



- 📎 As crianças gastam uma ou mais semanas EM ACÇÃO!



As crianças se encontram e conversam sobre o que aconteceu e partilham suas realizações.



4. REFLEXÃO e RESULTADOS (na sala de aulas)

- Aspirador Na sala de aulas, os líderes dos grupos REPORTAM os resultados das acções que tomaram.
- Aspirador O grupo CELEBRA os resultados alcançados.
- Aspirador O grupo faz uma REFLEXÃO sobre:
 - *O que funcionou bem e por quê?*
 - *O que pode ser melhorado?*
 - *O que virá a seguir?*
 - *Um novo tema? ou este tema precisa de mais acção?*

Como usar a abordagem PCAANS em nossa escola

Aqui estão algumas perguntas e respostas que podem ajudar o director e a equipe a decidir como trazer PCAANS no dia a dia da sua escola.

O que é PCAANS?

PCAANS é uma abordagem de educação em saúde desenvolvida na província de Tete, Moçambique. A abordagem mobiliza crianças como mensageiras de boa saúde nas suas famílias e nas comunidades. PCAANS é uma sigla que significa, *Participação das Crianças na Aprendizagem e Acção para Nutrição e Saúde*. PCAANS é uma boa estratégia para ligar uma escola com sua comunidade e melhorar a saúde. Ela liga o aprendizado com a vida real.



Quem criou a PCAANS?

A PCAANS foi criado por uma equipa de crianças, professores, famílias e técnicos do governo que trabalham para melhorar a nutrição nas suas comunidades na província de Tete, especificamente no distrito de Tsangano. Fez parte de um programa de nutrição na província de Tete entre 2013 e 2017. *A Children for Health*, uma ONG do Reino Unido, ajudou a desenvolver a abordagem, formar professores, escrever materiais e avaliar o programa. Todo este trabalho começou em 2011. A PCAANS focou-se na nutrição no início e chamava-se PCAAN, mas agora foca-se também em outros tópicos de saúde.

Como a PCAANS funciona nas escolas?

As actividades do PCAANS podem ser utilizadas pelos professores de maneira diferente a escolha da escola. A PCAANS é uma abordagem que pode ser usada em aulas, durante o tempo curricular local, em actividades extra curriculares e em clubes como os Círculos de Interesse. Por vezes, a PCAANS começa como uma forma de ensinar a educação sanitária no horário escolar, mas depois cresce e é dado mais tempo. A PCAANS é mais do que um assunto, uma vez que as crianças também estão a fazer muitas actividades em casa. Veja a baixo mais informações sobre os Círculos de interesses.

Quem é o responsável pela PCAANS?

As melhores pessoas a serem responsáveis pela PCAANS são a equipa de gestão da escola, em particular os professores que estão a ensinar temas relacionados com a educação sanitária, incluindo a educação física (EF) e Ciência. A PCAANS conecta a aprendizagem com a vida real das crianças em casa e funciona melhor quando 2 ou 3 professores estão envolvidos para que possam discutir PCAANS e ajudar se mutuamente. A PCAANS deve ser apoiada pelo director e pelos pais que também ajudam a escola.

A PCAANS é para todas as crianças da nossa escola?

Sim, a PCAANS é para todas as crianças, mas muitas vezes é melhor que seja liderada por crianças dos 10 aos 14 anos. Às vezes, um grupo mais pequeno de crianças aprende primeiro as mensagens e actividades da PCAANS. Por vezes, o grupo de todas as crianças do ano, aprendem as mensagens e actividades e depois espalham para crianças mais novas na escola ou na comunidade. Todas as crianças da escola devem sentir-se parte do programa PCAANS. Como isto é feito, vai depender da escola. A coisa mais importante a lembrar é que todas as crianças da escola precisam de estar envolvidas na PCAANS!

Como é o ensino e as actividades das crianças são monitorizadas e supervisionadas?

A PCAANS é uma abordagem em que as crianças se reúnem num local de aprendizagem para desenvolver a sua compreensão, para discutir e planear e, em seguida, relatar e refletir sobre as suas acções. A força da abordagem é que as acções efectivas tomadas são planeadas pelas crianças e cada criança pode ter formas diferentes de partilhar mensagens e fazer perguntas. Esta actividade é como um trabalho para casa e não é supervisionada formalmente por adultos. No entanto, as famílias devem estar cientes de que as crianças estão envolvidas num projecto ou programa, uma vez que a escola ou o líder comunitário irão sensibilizar para as actividades antes de começarem. As crianças nunca devem ser obrigadas a tomar qualquer acção ou mesmo fazer perguntas nas suas famílias – se elas não quiserem fazê-lo.

Quando é que as actividades da PCAANS estão programadas no horário?

A educação sanitária faz parte do currículo da Ciência em todas as escolas. A Saúde e a Higiene é também um dos temas a considerar para as actividades do Círculo de Interesses. Assim, a PCAANS é uma abordagem que pode ser usada como parte integrada do currículo.

Lembre-se que mais da metade das actividades do PCAANS são feitas pelas crianças fora do horário escolar! Os professores ou mobilizadores terão de introduzir temas, monitorar o planeamento e as acções das crianças e depois ajudá-las a refletir sobre os resultados das suas acções. Estas actividades não precisam demorar muito tempo. Assim, algum tempo de aula pode ser necessário, por exemplo, o início ou o fim do dia de aula, mas o tempo informal através do círculo de interesses também pode ser usado. Como as crianças realmente gostam da PCAANS é fácil então motivá-las para se envolver. Aqui ficam algumas oportunidades dentro do sistema educativo que podem ser usadas para diferentes acções de abordagem da PCAANS:



1. Incluído como parte de uma lição de ciências relacionada com a saúde para realizar actividades práticas.
2. No tempo curricular local, que é 20 % do currículo e muitas vezes alocado uma sessão durante a semana nos dias de aulas.
3. Sessões extracurriculares como as ligadas ao círculo de interesses – ver a baixo.
4. Nas concentrações para o Hino Nacional quando as mensagens de saúde podem ser repetidas por toda a escola.

Como Podemos usar o Círculo de Interesse para a PCAANS?

Os círculos de Interesse são uma estrutura extra-curricular formal nas escolas geridas pelo Governo de Moçambique. A PCAANS pode integrar-se nesta estrutura fornecendo conteúdos de saúde e higiene e actividades para os professores .

- Os Círculos de Interesse são planeadas e geridas pela direcção da escola, incluindo o Director que usaria a seguinte estrutura para planificar as actividades para a sua escola e para se candidatar a financiamento para os incentivos descritos abaixo.

Ministério de Educação e Desenvolvimento Humano	
Plano de um Projecto de Círculo de Interesse	
Item	
Racionalidade	
O problema	
Objectivos gerais	
Objectivos específicos	
Metodologia	
Orçamento	
Horário	
Bibliografia	

Ministério da Educação e Desenvolvimento Humano												
Exemplo de um Calendário Anual												
ACTIVIDADES	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Preparação do trabalho de campo	X											
Trabalho de campo		X	X		X							
Análise de Dados			X		X	X						
Elaboração do relatório preliminar						X	X					
Elaboração do relatório final							X	X				
Divulgação de resultados								X	X			

Os Círculos de Interesses são facilitados por até 6 professores para serem os principais mobilizadores.

- ✎ Esses professores trabalham com um total de 12 crianças selecionadas de 4ª a 12ª Classes como mobilizadoras adjuntas.
- ✎ Estes também podem ser apoiados por activistas externos baseados na comunidade.
- ✎ O Circulo de Interesse é supervisionado pelo conselho da escola e pelo Director.
- ✎ Os temas principais falados nos Círculos de Interesse incluem: Higiene e Saúde, Cultura, Produção Escolar, Desporto Escolar, Gênero e Aprendizagem.
- ✎ As prioridades são escolhidas pelo Círculos de Interesse e pela Direcção da escola nas reuniões de planificação.
- ✎ Os professores-mobilizadores planificam então conteúdos e actividades escolares sob o tema acordado que chegarão a todas as crianças.
- ✎ Nem os professores nem as crianças recebem remunerações financeiras, mas os orçamentos são fornecidos para incentivos como lanches, prémios, experiências, visitas, bolsas de estudo, etc.
- ✎ Os professores dão atenção às reuniões do Circulo de Interesse e asseguram a igualdade de género e incluem também crianças com necessidades especiais.
- ✎ Os horários sugeridos para as sessões do CI incluem:
 - Nos Sábados/ Finais de semana.
 - Nas Reuniões de turma; e
 - Nos Feriados.

Este conjunto de ferramentas orienta professores e crianças com formas simples de aprender sobre saúde e hábitos saudáveis nas suas próprias vidas e na vida de familiares e uma forma simples de criar um plano de acção em três partes com actividades que têm impacto nas famílias, escolas e comunidades. Este conjunto de ferramentas centra-se em cinco temas:

1. A nutrição.
2. A Higiene.
3. A imunizaç o.
4. A Malária e
5. Cuidar de bebés e crianças pequenas.



O folheto de 100 mensagens de 2021:

Este conjunto de ferramentas pode ser usado juntamente com o folheto – As 100 mensagens de saúde para as crianças aprenderem e partilharem disponíveis em inglês e português

<https://www.childrenforhealth.org/100MessagesPortuguese>

<https://www.childrenforhealth.org/100MessagesEnglish>

O folheto abrange completamente os 10 temas. A abordagem PCAANS pode ser usada com qualquer tema.

1. Nutrição

O objectivo deste tópico

Assegurar que todas as crianças da nossa comunidade conheçam mensagens relevantes e importantes sobre a nutrição.



1. Os professores usam ou adaptam e depois ensinam as mensagens e actividades para ajudar as crianças a entender o tema.
2. As crianças descobrem mais sobre o tema com suas famílias e amigos.
3. As crianças planificam e tomam acção nas suas famílias e comunidades.
4. As crianças reportam os resultados e refletem sobre como torná-los melhores!!

Ensina e compreenda

As Três Mensagens

- ✍ Para ter uma dieta saudável equilibrada coma diferentes alimentos de diferentes tipos, pelo menos 3 ANDAR, CRESÇER e BRILHAR para um corpo saudável e uma mente sã!
- ✍ Seja um campeão de leite materno! O leite materno é sempre fresco e limpo e a única comida e bebida que um bebé precisa desde o nascimento até aos 6 meses.
- ✍ Coma frutas de diversas cores, vegetais incluindo folhas (vermelhas, amarelas laranjas e verde) Eles contêm micronutrientes muito pequenos de ser ver, mas vitais para o nosso corpo e mente.

As Três Actividades

- ✍ As crianças podem MEMORIZAR as mensagens nutricionais e partilhar as mesmas com muitas outras crianças.
- ✍ DESCUBRA E GRAVE: Que mães da sua comunidade amamentam os seus bebés e porquê? Como é que o leite materno muda à medida que um bebé cresce? Quando é que os biberões são perigosos para o bebé? O que as mães dão aos seus bebés como primeira comida após 6 meses? Quantas vezes amamentam em diferentes idades? Faça um gráfico com amigos para mostrar aos outros os resultados
- ✍ As crianças fazem um diário alimentar do que comem todos os dias durante uma semana e discutem as cores que comem. Comente - Como podemos aumentar as cores e a variedade de alimentos? A comida da nossa família é partilhada de forma justa?



Use narrativa e drama para entender hábitos nutricionais na família e comunidade!



Três perguntas para saber mais de amigos e familiares

- 📎 O que quer dizer uma dieta equilibrada?
- 📎 Por que algumas crianças na nossa comunidade não têm uma dieta equilibrada?
- 📎 Todos os bebês que conhecemos são amamentados durante 6 meses? Porquê? Porque não?

Planifique e tome três tipos de ações

Estes são apenas exemplos – Deixe que as crianças criem as suas próprias ideias!

PLANO DE ACÇÃO

	<p>As minhas próprias acções</p> <p>Quando estou a fazer compras, posso comprar ou pedir para comprar comida colorida. Posso ajudar uma mãe com as suas tarefas para que possa amamentar o seu bebé. Eu posso resistir de comer comida ' não saudável' que não vai me fazer ir, crescer e brilhar.</p>
	<p>As minhas acções para os outros</p> <p>Aprendo e partilho as mensagens de nutrição com os outros. Partilho as actividades de nutrição com pessoas da minha família. Faço um diário semanal mostrando o que como e bebo ao longo da semana</p>
	<p>As nossas acções para os outros</p> <p>Fazemos uma dança, música ou drama sobre a importância de uma dieta equilibrada usando as palavras e acções para ir, crescer e brilhar. Fazemos um teatro onde duas mães estão no centro de saúde com seus bebés. Estes têm a mesma idade no entanto, um parece mais saudável e é amamentado, o outro é menor e está a ser alimentado por um biberão. As mães começam a debater as razões pelas quais amamentam e alimentam os bebés pelo biberão. Tente enfatizar a importância do primeiro leite (o amarelo grosso, 'colostró', a forma como o leite materno muda à medida que o bebé cresce bem para satisfazer as suas necessidades e a ideia de "demanda e entrega" - que há leite suficiente para os bebés, desde que o bebé não tenha outros líquidos). Fazemos um cartaz mostrando todos os alimentos coloridos disponíveis localmente e que podem ser cultivados ou que estão dentro da maioria dos orçamentos familiares.</p>

Reflexão e Resultados

Perguntas para as crianças refletirem sobre as suas acções

- 📎 Como é que as nossas acções melhoraram a nossa nutrição e a dos outros?
- 📎 Será que mais pessoas sabem da importância da amamentação?
- 📎 O que mais podemos fazer?
- 📎 Aqueles a quem ensinámos as mensagens, será que ainda se lembram delas?

Exemplos de Resultados

- 📎 As Crianças e famílias sabem que tipo de comida ajudam o nosso corpo, ' Anda, Brilha e Cresce'.
- 📎 As crianças e suas famílias sabem como e quando desmamar bebés após 6 meses.
- 📎 As mães conversam sobre amamentação e há quem diga que foram influenciadas pelas mensagens das crianças.
- 📎 Os centros de saúde reportam uma redução do número de bebés e crianças pequenas que vêm e que estão desnutridas.
- 📎 Na maioria ou em muitas famílias, o consumo regular de alimentos nutritivos mudou de menos para mais.
- 📎 As famílias incluem mais frutas e legumes na sua dieta; e
- 📎 As famílias garantem que o alimento nutritivo é partilhado de forma justa entre os membros da família.



Informe as autoridades de Educação e Saúde sobre estes resultados!



Outros Recursos úteis Sobre o Tema De Nutrição

- 📎 Clique aqui para baixar o Cartaz de Nutrição NutritionPoster <https://www.childrenforhealth.org/>
- 📎 Clique aqui para baixar o cartaz sobre crianças Tomando Acção Para Nutrição (em inglês e português) <https://www.childrenforhealth.org/ChildrensActionforNutrition>
<https://www.childrenforhealth.org/ChildrensActionforNutritionPortuguese>
- 📎 Clique aqui para ir à biblioteca de recursos para a saúde, encontrar livros de histórias sobre nutrição em inglês e português em formato compatível para baixar e ler no telemóvel. <https://www.childrenforhealth.org/resources>

2. Higiene

O objectivo deste tema.

Assegurar que todas as crianças da nossa comunidade saibam como e porquê adotar práticas de higiene que protejerão a si mesmas e a outras crianças de algumas doenças.

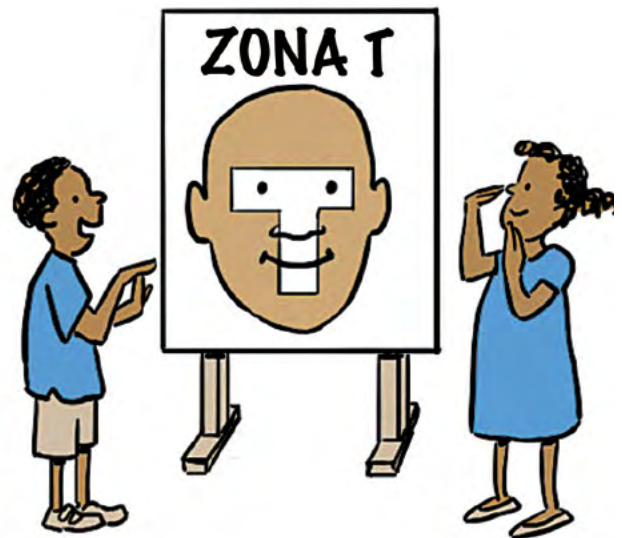


1. Os professores usam ou adaptam e depois ensinam as mensagens e actividades para ajudar as crianças a entender o tema.
2. As crianças descobrem mais sobre o tema com suas famílias e amigos.
3. As crianças planificam e tomam acção nas suas famílias e Comunidades.
4. As crianças reportam os resultados e refletem sobre como torná-los melhores!

Ensina e compreenda

As Três mensagens

- ✎ Para lavar bem as mãos, use água e um pouco de sabão. Esfregue durante 10 segundos, enxagúe e seque ao ar livre ou seque com um pano ou papel limpo, não em roupas sujas.
- ✎ Lave bem as mãos antes de tocar na Zona T no rosto (olhos, nariz e boca), pois é por aí que os germes entram no corpo. Sempre que puder evite tocar na Zona T.
- ✎ Lave as mãos antes de preparar alimentos, comer ou dar comida aos bebés, e depois de fazer xixi, fazer cocó ou limpar um bebé, ou ajudar alguém que esteja doente.



As Três Actividades

- ✎ MEMORIZE as mensagens de higiene e partilhe-as com outras.
- ✎ DESCUBRA E GRAVE, - Será que as pessoas lavam as mãos corretamente depois de usarem a latrina? Porquê? Porque não?
- ✎ Desenhe em torno de uma mão e escreva em cada dedo os 5 momentos críticos para lavar as mãos corretamente.



Use também a narrativa e drama para entender hábitos de higiene na família e na comunidade!


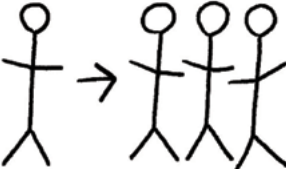
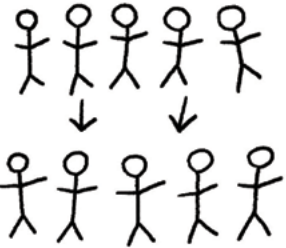
Três perguntas para se saber mais de amigos e familiares.

- ✎ Como é que as pessoas lavam as mãos depois de irem à latrina?
- ✎ Onde se localizam os três lugares onde se pode comprar sabão? Quais são os tipos de sabão mais encontrados? Quanto custam?
- ✎ Covid-19 ensinou-nos a importância de manter as mãos limpas, as pessoas continuam a fazer isto? Porquê? Porque não?

Planifique e tome três tipos de acções

Estes são apenas exemplos – deixe que as crianças criem as suas próprias ideias! (Estas vão para as caixas de texto)!

PLANO DE ACÇÃO

	<p>As minhas próprias acções</p> <p>Posso lavar as mãos corretamente com sabão. Posso manter o meu rosto limpo e fresco. Lembro-me de não tocar na zona T no meu rosto. Lembro-me de não tocar em água para beber com mãos que não estão limpas.</p>
	<p>As minhas acções para os outros</p> <p>Aprendo e partilho as mensagens de higiene com os outros. Eu certifico-me de que os bebés e as crianças lavam as mãos correctamente quando precisam.</p>
	<p>As nossas acções para os outros</p> <p>Reduzimos as moscas ajudando a manter o ambiente limpo e livre de lixo. Fazemos um drama sobre duas crianças, uma não se importa com a higiene pessoal mas a outra se importa. Vemos como aquela que não lava as mãos, cujo ambiente não é limpo, as suas mãos estão sujas e toca na água que bebe... acaba tendo diarreia. Usando canções e dramas mostramos aos outros como lavar as mãos corretamente e usar sabão é importante para a saúde.</p>



Perguntas para as crianças refletirem sobre as suas acções

- ✎ Como é que as nossas acções melhoraram a nossa higiene e a higiene dos outros?
- ✎ A nossa casa e o nosso ambiente à sua volta parecem limpos e arrumados?
- ✎ O que mais podemos fazer?
- ✎ Será que aqueles a quem ensinámos as mensagens, ainda se lembram delas?



Exemplos de Resultados

- ✎ Outras crianças e famílias da nossa comunidade sabem como e porque lavar as mãos corretamente;
- ✎ Lugares de lavagem das mãos ou baldes de torneiras são vistas fora das latrinas e são mantidas com água e sabão;
- ✎ O ambiente dentro e fora das nossas casas deve estar o mais limpo e organizado possível;
- ✎ As crianças fazem dramas e canções sobre os perigos das mãos sujas espalhando doenças diarreias;
- ✎ Aqueles que assistem ao drama e ouve as canções, compreendem as mensagens e falam em fazer mudanças.

Informe as autoridades de Educação e Saúde sobre estes resultados!



Outros Recursos úteis sobre o Tema de Higiene

Clique neste link para ir aos recursos Children for Health onde você pode baixar gratuitamente vários livros de histórias e cartazes sobre Higiene e Diarreia em Português e Inglês e em formato de leitura no telemóvel. <https://www.childrenforhealth.org/resources>

3. Imunização

O Objectivo deste Tópico

Assegurar que todas as crianças da nossa comunidade saibam o que é imunização e como ela ajuda a prevenir doenças.



1. Os professores usam ou adaptam e depois ensinam as mensagens e actividades para ajudar as crianças a entender o tema.
2. As crianças descobrem mais sobre o tema com suas famílias e amigos.
3. As crianças planificam e tomam acção nas suas famílias e Comunidades
4. As crianças reportam os resultados e refletem sobre como torná-los melhores!!

Ensina e compreenda

As Três mensagens

- ✎ Imunização significa ser protegido contra uma doença.
- ✎ As vacinas por injeção ou pela boca ensinam o corpo a fazer anticorpos contra uma determinada doença.
- ✎ Para combater doenças, o nosso corpo produz, anticorpos e estes combatem os germes. Depois da luta, os anticorpos lembram se dos germes e podem lutar ainda melhor se os germes voltarem a entrar no corpo.




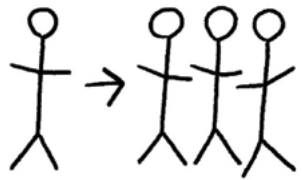
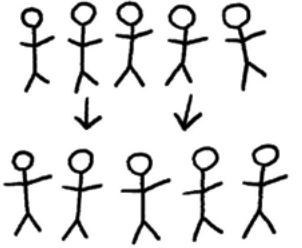
Três perguntas para saber mais de amigos e familiares

- ✎ Quais são as três doenças contra as quais a imunização nos protege?
- ✎ Quais são as razões pelas quais as pessoas não são imunizadas?
- ✎ Onde e quando bebês e crianças pequenas na nossa comunidade são imunizados?

Planifique e tome três tipos de acções

Estes são apenas exemplos – Deixe que as crianças criem as suas próprias ideias!

PLANO DE ACÇÃO

	As minhas próprias acções Posso aprender as doenças sobre as quais a imunização me protege.
	As minhas acções para os outros Eu aprendo e partilho as mensagens de imunização com os outros, Eu Faço um cartão de aniversário especial para um novo bebé e para a mãe deles com horário para as vacinas para lhes desejar um feliz e saudável primeiro ano de vida! Faço um cartaz de uma ou mais doenças que podem ser prevenidas pela imunização como difteria, sarampo, rubéola, pertussis, tuberculose, tétano e poliomielite.
	Inventamos uma peça ou história sobre "Tia Corpo", uma protetora gentil e forte que nos mantém seguros e bem. Inventamos uma história com "Vacinação de Super-Heróis" a combater doenças mortais para nos proteger. Ajudamos o centro de saúde e fazemos cartazes para os dias de imunização e exibimos onde todos os possam ver. Pedimos a um trabalhador de saúde para que venha falar connosco sobre a imunização

Reflexão e Resultados

Perguntas para as crianças refletirem sobre o seu plano de acção

- ✎ Será que mais pessoas sabem como funcionam as vacinações?
- ✎ Será que mais pessoas trazem os seus bebês e crianças para serem vacinadas?
- ✎ Será que aqueles a quem ensinámos as mensagens, lembram-se delas?

Exemplos de resultados

- ✍ Outras crianças e famílias da nossa comunidade sabem mais sobre a imunização e porque é importante.
- ✍ Mais pessoas do que antes trazem os seus bebés e crianças para serem vacinados.
- ✍ Muitas pessoas podem repetir as mensagens de imunização e explicar por que a imunização é importante.

Informe as autoridades de Educação e Saúde sobre estes resultados!

Outros Recursos úteis sobre o tema da Imunização

Clique aqui para descarregar um Cartaz de Imunização <https://www.childrenforhealth.org/ImmunisationPoster>

4. Malária

O objectivo deste tema

Assegurar que todas as crianças da nossa comunidade saibam que os mosquitos transmitem a malária e que o uso das redes mosquiteiras é importante para prevenir a picada de mosquitos, especialmente para crianças com menos de 5 anos e mulheres grávidas, mas também para outras pessoas.



Quatro Passos

1. Os professores usam ou adaptam e depois ensinam as mensagens e actividades para ajudar as crianças a entender o tema.
2. As crianças descobrem mais sobre o tema com suas famílias e amigos.
3. As crianças planificam e tomam acção nas suas famílias e Comunidades.
4. As crianças reportam os resultados e refletem sobre como torná-los melhores!!

Ensina e compreenda

As Três mensagens

- ✍ A malária é uma doença transmitida pela picada de um mosquito infetado.
- ✍ A malária é perigosa. Causa febre e pode matar, especialmente as crianças e mulheres grávidas.
- ✍ Previne-se da malária dormindo dentro de rede mosquiteiras tratadas com Inseticidas (RMTI) que matam mosquitos e os impedem de picar.



As três actividades

- ✎ Desenhe uma rede mosquiteira sobre uma cama ou colchão. Adicione um bebê e ou uma mulher grávida na cama (desenhos a palitos são bons!).
- ✎ Fale sobre o trabalho da rede mosquiteira tratada com inseticida RMTI, elas mantêm os mosquitos sempre afastado da pele principalmente à noite e as redes também matam os mosquitos que entram em contacto com elas.
- ✎ Converse sobre como remover a nossa rede mosquiteira e fazer uma lista ao lado da foto. Verifique se a rede é de longa duração (4-5 anos) ou uma que precise de ser mergulhada em inseticida a cada 6-12 meses.



Use também narrativas e drama para entender hábitos de higiene na família e na comunidade!


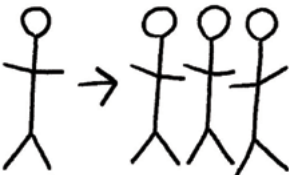
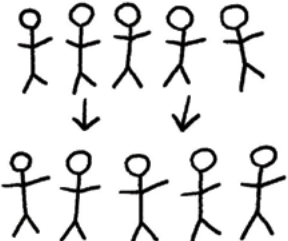
Três perguntas para se saber mais de amigos e familiares

- ✎ Em que estações existem mais mosquitos na nossa comunidade (às vezes estão lá todo o tempo, mas às vezes não)
- ✎ O que acontece a alguém que tem Malária?
- ✎ Como é que prevenimos ou tratamos a Malária na nossa comunidade?

Planifique e tome três tipos de acções

Estes são apenas exemplos – Deixe que as crianças criem as suas próprias ideias!

PLANO DE ACÇÃO

	<p>As minhas próprias acções</p> <p>Posso verificar quando temos malária na nossa comunidade (Será que é sempre ou de vez em quando? Que meses?)</p> <p>Posso verificar se usamos uma rede tratada com inseticida em nossa casa.</p> <p>Posso falar com as pessoas da minha família sobre por que precisamos da rede mosquiteira tratada com inseticida.</p> <p>Posso verificar se a rede tratada com inseticida é nova ou velha e se precisamos de a substituir ou mergulhar no inseticida (é antiga após 3-4 anos).</p>
	<p>As minhas acções para os outros</p> <p>Eu aprendo e partilho 10 mensagens de malária para outros</p> <p>Posso descobrir se há redes mosquiteiras tratadas com inseticida na nossa casa.</p>
	<p>As nossas acções para os outros</p> <p>Fazemos uma música e dança na comunidade sobre a necessidade de usar redes mosquiteiras tratadas com inseticida para prevenir a malária.</p>

Reflexão e Resultados

Perguntas para ajudar as crianças a refletir

- 📎 Como é que as nossas acções preveniram a malária?
- 📎 Será que a nossa família e amigos conhecem as mensagens?
- 📎 Será que as pessoas estão a usar a rede mosquiteira tratada com insecticida corretamente?
- 📎 O que mais podemos fazer?

Exemplos de Resultados —

- 📎 Será que outras crianças e famílias da nossa comunidade sabem por que é importante usar as redes mosquiteiras tratadas com insecticidas.
- 📎 Será que mais pessoas usam redes mosquiteiras tratadas com insecticidas, em especial bebés, crianças pequenas e mulheres grávidas.

Informe as autoridades de Educação e Saúde sobre estes resultados!

Clique aqui para baixar o Cartaz de Malária <https://www.childrenforhealth.org/MalariaPoster>

5. Cuidar De Bebés e Crianças Pequenas

O Objetivo deste Tema

Garantir que todas as crianças da nossa comunidade saibam que é importante desenvolver o cérebro de bebés e crianças pequenas e ajudá-las a brincar e a agir à sua volta de uma forma mais organizada.

1. Os professores usam ou adaptam e depois ensinam as mensagens e actividades para ajudar as crianças a entender o tema.
2. As crianças descobrem mais sobre o tema com suas famílias e amigos.
3. As crianças planificam e tomam acção nas suas famílias e Comunidades.
4. As crianças reportam os resultados e refletem sobre como torná-los melhores!!



Ensina e compreenda

As Três mensagens

- ✎ Brinque, abrace, fale, ria e cante com bebés e crianças o máximo que puder.
- ✎ Bebés e crianças pequenas tendem a imitar as acções daqueles que os rodeiam. Cuide-se, seja gentil quando estiver perto deles e seja um bom exemplo.
- ✎ Ajude a preparar as crianças pequenas para a aprendizagem na escola, jogando número e jogos de palavras, pintura e desenho. Conta-lhes histórias, cante e dance.

As três actividades

- ✎ Faça um conjunto de acções como as descritas a baixo para se certificar que os bebés cresçam mais nos primeiros anos de sua vida do que mais tarde na vida.

"Quando somos bebés, os nossos cérebros crescem e tanto!
Quando somos crianças, os nossos cérebros crescem e tanto!
Quando somos adultos, os cérebros crescem e tanto!
Os nossos cérebros estão sempre a crescer e a mudar, mas
quando somos bebés eles crescem e mudam mais"
- ✎ Converse sobre o que os bebés e as crianças precisam que façamos com eles para estimular o cérebro a desenvolver-se. Sozinho ou em pares, desenhe e escreva uma imagem como a que está a baixo para lembrar todas as coisas que um bebé precisa.
- ✎ Também use narrativa e drama para entender o que os bebês precisam de nós na família e comunidade!


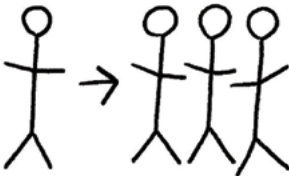
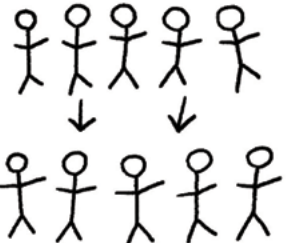
Três perguntas para se saber mais de outras crianças e familiares

- ✎ Quais são as formas mais importantes de cuidar de bebês e crianças pequenas para evitar que tenham doenças?
- ✎ O que faz os bebês chorarem e rirem?
- ✎ O que é difícil ao cuidar dos seus bebês e crianças pequenas? O que ajuda-nos a superar isso?

Planifique e tome três tipos de acções

Estes são apenas exemplos – Deixe que as crianças criem as suas próprias ideias!

PLANO DE ACÇÃO

	<p>As minhas próprias acções</p> <p>Posso mostrar amor e interesse por bebês. Posso tocar e dançar perto dos bebês. Tento ser sempre gentil quando estou perto de bebês.</p>
	<p>As minhas acções para os outros</p> <p>Eu aprendo e partilho as mensagens sobre cuidar de bebês e crianças pequenas Quando tomo conta de um bebê ou uma criança, posso partilhar ideias com os meus amigos sobre como brincar com eles. Posso mostrar aos bebês coisas divertidas para dizer e fazer.</p>
	<p>As nossas acções para os outros</p> <p>Fazemos uma canção e dançamos sobre a diferença entre estar com um bebê e ajudar um bebê a aprender e desenvolver Fazemos um drama sobre duas mães. Uma diz a outra para cantar, brincar e rir com bebê e por que isso é necessário. A outra diz que ela só quer manter o bebê calado e mantê-lo fora de perigo. Um bebê e sua mãe visitam a nossa aula todos os meses e aprendemos como o bebê cresce e como a sua comida, sono e outras necessidades mudam com o tempo.</p>

Reflexão e Resultados

Três perguntas para ajudar as crianças a refletir

- ✎ Como é que as nossas acções melhoraram os cuidados de bebês e crianças pequenas?
- ✎ Será que nossa família e amigos conhecem as mensagens?
- ✎ O que mais podemos fazer?

Três exemplos de resultados

- ✎ Outras crianças e famílias da nossa comunidade sabem por quê é importante brincar com bebês.
- ✎ As crianças mais velhas brincam mais com bebês e crianças pequenas e fazem-no de forma organizada.
- ✎ Ajudamo-nos mutuamente a aprender a cuidar melhor de bebês e crianças pequenas

Informe as autoridades de educação e saúde sobre estes resultados!

Lista de verificação

Uma vez que tenham concluído a trabalhar num tema os professores podem utilizar ou adaptar esta lista de verificação para ajudar as crianças a monitorizar e refletir sobre as suas actividades.

Lista de verificação do nosso plano de acção e como funcionou Exemplo - Dieta Equilibrada.	
1	Fez alguma alteração na sua dieta para torná-la mais equilibrada? Sim/Não
2	Quantos partilharam as mensagens para os nossos amigos e familiares em casa (escreva o número)
3	Quantos amigos e família conhecem a mensagem de dieta equilibrada? (escrever o número)
4	Que diferenças achas que as nossas actividades fizeram?
5	O que foi um pouco difícil e o que podemos fazer para torná-los mais fáceis?
6	Como podemos melhorar as nossas actividades?
7.	O que devemos fazer a seguir?

