

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES**ESCOLA PROFISSIONAL CEFAD****2025/2026****ENQUADRAMENTO**

O plano anual de atividades da EPC, para o ano letivo de 2025/2026, constitui-se como um documento de planeamento e orientador das atividades que nos propomos desenvolver.

O plano tem como documentos de enquadramento, o projeto educativo da EPC, “Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória”, “Aprendizagens essenciais – Cursos profissionais”, decreto-lei 54/2018.

As atividades inseridas no plano procuram promover:

- As aprendizagens essenciais, (AE), centradas nos conhecimentos que têm por base as áreas disciplinares;
- O recurso a práticas curriculares, e estratégias de ensino favoráveis à implementação das aprendizagens essenciais.
- A diminuição dos gaps de aprendizagem, permitindo que todos se aproximem das aprendizagens essenciais, assegurando a inclusão;
- O envolvimento de todos os intervenientes no processo educativo.

As atividades aprovadas pressupõem uma planificação elaborada pelos seus responsáveis, assim como a avaliação do ponto de vista dos alunos e dos responsáveis pela organização, professores e/ou outros.

No final do ano letivo é elaborado um relatório final, com o balanço onde serão analisadas nomeadamente, a forma como planeámos, implementámos e avaliámos as diferentes atividades assim como sugestões e recomendações para o PA do ano seguinte.

AO LONGO DO ANO

ATIVIDADES/PROJETOS	OBJETIVOS	ORGANIZADORES	DESTINATÁRIOS	DATA
Parlamento dos Jovens	Educar para a cidadania, incentivando a participação cívica e política dos jovens, dar a conhecer o processo democrático, promover o debate e a reflexão sobre temas de atualidade, e estimular a participação em processos eleitorais simulados.	Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte, Maria José Costa Azenha	Turmas de 10º e 11º	Ao longo do ano letivo
Plano Nacional de Cinema	Visualização de filmes de forma a desenvolver o espírito crítico	Fernanda Duarte	Todas as turmas	Ao longo do ano letivo
Clube de Leitura	Realização de ateliers assinalando datas importantes	Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte, Maria José Costa Azenha, Sandra Sofia Portela Mourinha	Todas as turmas	Ao longo do ano letivo
Cefad Games	Promover o ecletismo, o exercício físico e o conhecimento	Hélder Espínola, César Lacerda	Todas as turmas	Ao longo do ano letivo
Mobilidades Staff Erasmus+	Aproximar as competências dos jovens às necessidades reais do mercado e ao prosseguimento de estudos, assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola, promover uma cidadania integral, inserindo os alunos na comunidade escolar e na realidade socio económica nacional e internacional	Equipa de Erasmus	Pessoal docente e não docente	Ao longo do ano letivo

Divulgação da oferta formativa; participação em mostras de escolas e feiras promovidas pelos diferentes municípios	Alargar a divulgação da escola a um maior número de parceiros	Comunidade educativa	Alunos, Encarregados de Educação/Comunidade, Outros	Ao longo do ano letivo
Reuniões gerais de professores	Refletir sobre as práticas educativas; identificar gaps e ouvir sugestões	Bruno Rocha	Todos os docentes	Ao longo do ano letivo
Atividades de team building envolvendo professores e funcionários	Desenvolver o espírito de equipa	Bruno Rocha	Toda a comunidade educativa	Ao longo do ano letivo

1º Período

ATIVIDADES/PROJETOS	OBJETIVOS	ORGANIZADORES	DESTINATÁRIOS	DATA
Participação na organização da atividade "Corrida Inter Escolas" da JFArroios	Participação na dinamização das várias estações com atividades desportivas dirigidas a crianças.	Helder Miguel Lucas Espínola	12º TD	Setembro
Aula de Crossfit	Aula de experimentação de Crossfit na Crossfit PDN com o objetivo de conhecer e experimentar a modalidade	Helder Miguel Lucas Espínola	11º TD	Setembro
Psiquiatria Forense - a importância da Saúde mental	Visita ao serviço de Psiquiatria Forense, no Hospital Júlio de Matos e sessão de partilha de experiências dos utentes e do trabalho realizado pela equipa terapêutica.	Maria do Céu Salgado Gonçalves, Helder Miguel Lucas Espínola	Todas as turmas	Setembro, Outubro
Visita de estudo ao Jardim Zoológico de Lisboa	Tendo em conta o projeto de cidadania desenvolvido pelos alunos do 12º de massagem, irá realizar-se uma visita de estudo ao jardim zoológico de Lisboa	Rita Daniel Almeida Machete	12º TMEBE	Outubro
Visita ao museu da dermatologia	Visita de estudo ao Museu da Dermatologia, no âmbito do módulo de Dermatologia do curso profissional, com o objetivo de aprofundar conhecimentos sobre a história e evolução dos cuidados dermatológicos, identificar patologias cutâneas e relacionar conteúdos teóricos com a prática. A atividade visa promover o interesse pela área, desenvolver competências de observação e análise crítica, e valorizar o papel da dermatologia na saúde.	Cláudia Pato da Silva Jorge	10º TMEBE	Outubro

Atividade de introdução ao Crossfit	Atividade de introdução à modalidade de Crossfit realizada na box PDN, com o objetivo de mostrar aos alunos o material, metodologia e organização competitiva da modalidade.	Helder Miguel Lucas Espínola	10ºTD	Outubro
In Beauty 2025	Exposição de marcas e produtos de beleza, estética, cabelo, unhas e maquilhagem. Networking com profissionais nacionais e internacionais. Workshops e palestras na In Beauty Academy, com especialistas do setor. Tendências e inovação, incluindo temas como sustentabilidade e upcycling na indústria da beleza.	Rita Daniel Almeida Machete	Turmas TMEBE	Outubro
Visita ao COP	Visita ao Comité Olímpico de Portugal com o objetivo de conhecer a instituição, o Movimento Olímpico e saber mais sobre a participação portuguesa.	Helder Miguel Lucas Espínola	10ºTD	Outubro
Viver idade maior	Participar no programa do mês do idoso organizado pela Câmara Municipal de Loures com ações dirigidas ao idoso, proporcionar momentos de bem-estar a populações especiais	Cláudia Pato da Silva Jorge	11º TMEBE	Outubro
Intercâmbio com Escola de França	Dar a conhecer aspetos da cultura portuguesa e conhecer a gastronomia francesa	Fernanda Duarte	10.º - TD, 11.º - TD, 11.º - TMEB, 11.º - TT, 12.º - TMEB, 12.º - TT	Outubro
Visita ao Palácio da Ajuda.	Vivenciar a vida cultural nos salões da corte real.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	12º TT	Outubro

Corta Mato Maristas	Participação na organização do corta mato do Colégio Maristas	Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	10º TD	Novembro
Visita aos Bombeiros Voluntários de Alverca	Na visita vão aprender sobre SBV, DAE e prevenção de acidentes	Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	12º TD	Novembro
Dia do Pijama	Dia comemorativo em que temos como objetivo defender que todos tem direito a crescer numa família. Angariação de fundos, através da venda de produtos alimentares.	Associação de Estudantes	Alunos, Docentes, Pessoal não docente	Novembro
Tourism ON	Participação na mostra Tourism ON - dedicada à experiência das profissões do turismo	Monica Andreia Palma Cardoso, Maria José Costa Azenha	11º TT e 12º TD	Novembro
Visita de estudo ao Pavilhão do Conhecimento	Proporcionar aos alunos uma experiência de aprendizagem científica e tecnológica, promovendo a curiosidade, o pensamento crítico e o contacto direto com a ciência.	Associação de Estudantes	Todas as turmas	Novembro
Evento formativo GCP	O projeto JITA KYOEI 2 – Together for a Better Society tem como objetivo promover os valores educacionais do desporto, com foco no Judo, enquanto ferramenta educativa e de coesão social. Este projeto reúne oito organizações de sete países europeus e baseia-se no princípio Jita Kyoei (“prosperidade mútua”), desenvolvendo uma metodologia educativa (Jita Kyoei Educational Methodology – JEM) dirigida a treinadores, mediadores desportivos e jovens praticantes.	Helder Miguel Lucas Espínola	12º TD	Novembro

Visita ao palácio de Queluz	Visita ao palácio de Queluz para melhor compreender a vida palaciana do séculos XVII-XVIII e a arte deste período.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	11.ºTT	Novembro
Sim à Diferença	Ação de sensibilização no âmbito dos Direitos Humanos dinamizada pela PSP Escola Segura	Fernanda Duarte	10.º TD, 12.º TD, 11.º Tmebe, 12.º TT	Dezembro
Sim à Diferença	Ação de sensibilização sobre Direitos Humanos dinamizada pela PSP Escola Segura	Fernanda Duarte	11.ºTD, 11.º TT, 10.º TMEBE, 10.ºTT, 12.º TMEBE	Dezembro
Torneio Basquetebol 3X3	Torneio de Basquetebol 3x3 para toda a escola com o objetivo de promover a prática desportiva e a competição saudável	Helder Miguel Lucas Espínola, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	Todas as turmas	Dezembro
Massagem desportiva no torneio de basquete	Apoio com protocolos e massagens desportivas em contexto real de competição desportiva no torneio de basquete organizado pelas turmas do curso de desporto. Práticas em contexto real.	Cláudia Pato da Silva Jorge	10º, 11º e 12º TMEBE	Dezembro
Dia Internacional do Professor	Ateliers dinamizados pelas turmas dos 11.º e 12.º TT/tmebe para comemorar o Dia Internacional do Professor	Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	Alunos, Docentes, Pessoal não docente	Dezembro
Dia do Estudante	Dinâmicas realizadas pela turma do 11.º TD para assinalar o Dia do Estudante	Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	Todas as turmas	Dezembro
Torre do Tombo	Visita ao Arquivo e Sessão Temática no âmbito dos Direitos Humanos: Abolição da pena de morte e Cidadania Europeia	Fernanda Duarte	10.ºTT e 10.º Tmebe	Ao longo do ano letivo

2º Período

ATIVIDADES/PROJETOS	OBJETIVOS	ORGANIZADORES	DESTINATÁRIOS	DATA
Atividade desportiva	Realização de uma competição eclética para promover várias modalidades menos praticadas e ainda o conhecimento técnico e teórico.	Helder Miguel Lucas Espínola, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	10º, 11º e 12º TD	Fevereiro
Visita ao mosteiro dos Jerónimos.	O Gótico e o Manuelino como expressões culturais.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	10º e 11º TD	Fevereiro
Visita ao convento de Mafra.	O Barroco como forma de expressão do poder régio de D. João V.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	12º TT	Fevereiro
QUAKE	Perceber a realidade e as consequências de um terramoto. Ponderar sobre medidas de prevenção e segurança a observar e a transmitir aos outros.	Maria José Costa Azenha	11º TT	Janeiro
Joga pelo seguro	Assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, Assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola	Bruno Miguel Pereira da Rocha	Todas as turmas	Janeiro
Violência? Não, Obrigado	Assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, Assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola	Bruno Miguel Pereira da Rocha	Todas as turmas	Janeiro
Visita ao Teatro Romano e ao Palácio Pimenta	A presença dos romanos na cidade de Lisboa e seus testemunhos para a cultura da cidade.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	10º TT	Fevereiro
Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST)	Objetivos pedagógicos ligados à saúde, anatomia, biologia e cidadania.	Rita Daniel Almeida Machete	10ºTD	Janeiro

Visita à Sé de Lisboa	A arquitetura românica suas características.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	10º TT	Janeiro
Museu Nacional de História Natural e da Ciência	<p>Objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conhecer exemplos de aplicações práticas de fito-hormonas. - Conhecer processos de reprodução assexuada nas plantas. - Discutir potencialidades e limitações biológicas da reprodução assexuada e sua exploração com fins práticos. - Compreender a distribuição da matéria nas plantas. - Identificar estruturas respiratórias nas plantas. - Relacionar diferentes propriedades das plantas com as suas aplicações práticas ao nível alimentar, da saúde e estética. - Realizar um relatório da visita de estudo. 	Eunice Irene da Mata Carriço	11º e 12º TMEBE	Janeiro
Teatro LU.CA	Refletir sobre os Direitos Humanos; em Peço a Palavra, encena-se um parlamento, uma assembleia universal, onde se debate a Declaração Universal dos Direitos Humanos. Num futuro não muito distante, em 2030, os adolescentes de todo o mundo saem às ruas, reivindicando uma real aplicação desta Declaração: o único documento comum a todas as nações.	Fernanda Duarte	10º TD, TT e TMEBE	Fevereiro
Visita a Jump Yard	Visita e realização de atividade a Jump Yard	Helder Miguel Lucas Espínola, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	12º TD	Fevereiro
Visita à Casa dos Bicos	Caracterizar a arquitetura renascentista.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	11º TT	Fevereiro
Feira do Chocolate - Óbidos	Observação e participação em um evento de maior dimensão.	Monica Andreia Palma Cardoso	12º TT	Março

Dia da Matemática	Atividades dinamizadas pelos alunos para assinalar a importância da matemática na vida quotidiana	Maria José Costa Azenha	11º TD, TT e TMEBE	Março
Visita Passeio a Lisboa com Fernando Pessoa	visita-passeio a Lisboa com Fernando Pessoa percorrendo os lugares onde Fernando Pessoa nasceu, viveu e escreveu. Ao longo do percurso o Autor conta na primeira pessoa episódios da sua vida, recitando poemas da sua vasta obra. O passeio tem início no Largo de São Carlos, onde Pessoa nasceu e continua pelo Chiado e Baixa, terminando no Terreiro do Paço. Uma viagem à obra do maior escritor português do séc. XX.	Fernanda Duarte	12º TD	Fevereiro/Março
Festival Play	"Cinema para pensar": despertar a imaginação, promover a reflexão crítica, cultivar a sensibilidade estética e inspirar a mudança nos alunos	Fernanda Duarte	10.º - TD, 10.º - TMEB, 10.º - TT, 11.º - TD, 12.º - TD, 12.º - TMEB, 12.º - TT	Fevereiro
Visita à fábrica dos cosméticos	Visita de estudo à fábrica de cosméticos, com o objetivo de conhecer os processos de fabrico de produtos cosméticos utilizados em práticas profissionais. A atividade visa aprofundar conhecimentos sobre ingredientes, formulações e aplicações dos produtos, promovendo a ligação entre teoria e prática e valorizando a importância da qualidade e segurança na cosmética profissional.	Cláudia Pato da Silva Jorge	Todas as turmas	Março
Orientação Serra de Sintra	Organização de um percurso de orientação por parte do 11TD dirigido à turma 10TD com o objetivo de consolidar os conhecimentos adquiridos no módulo	Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	10º TD e 10º TT	Fevereiro/Março
Visita ao Vivagym Oeiras	Visita de estudo ao VivaGym Oeiras para conhecer o funcionamento de um ginásio	Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário	Turma 10º TD	Janeiro/Fevereiro

Visita à Casa das Histórias Paula Rego	A importância da artista como divulgadora da arte contemporânea	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	Todas as turmas	Março
Internet mais segura	Assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola	Bruno Miguel Pereira da Rocha	Todas as turmas	Fevereiro
No namora não há Guerra	Assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola	Bruno Miguel Pereira da Rocha	Todas as turmas	Fevereiro
Vive na real! Não na dependência	Assegurar o ensino/cultura inclusiva com sentido de responsabilidade e autonomia, respeitando o ritmo individual, assegurar uma gestão eficaz e eficiente da escola	Bruno Miguel Pereira da Rocha	Todas as turmas	Março

3º Período

ATIVIDADES/PROJETOS	OBJETIVOS	ORGANIZADORES	DESTINATÁRIOS	DATA
Passeando com Pessoa	Participar no percurso cultural - Visita a Lisboa com Fernando Pessoa	Maria José Costa Azenha, Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	12º TT e 12º TMEBE	Abril
Jardim Botânico Tropical de Lisboa	Reconhecer espécies botânicas com propriedades terapêuticas utilizadas em aromaterapia e fitoterapia. Sensibilizar para a importância da biodiversidade vegetal e da sua preservação no contexto da saúde e bem-estar.	Rita Daniel Almeida Machete	10º TMEBE	Abril/Maio
No Jardim com a Rainha	Atividade no Jardim Botânico	Maria José Costa Azenha, Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	10º e 11º TT	Abril
Acampamento com pernoita	Visita e realização de atividades de exploração da natureza com pernoita	Ciro Filipe Marques Tavares, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário, Guilherme Araújo e Sá Rodeia, Helder Miguel Lucas Espínola	Todas as turmas	Maio
Visita ao Sniper	Visita às instalações do campo de férias Sniper em Bucelas para realização de atividades de exploração da natureza	Ciro Filipe Marques Tavares, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário, Helder Miguel Lucas Espínola	Todas as turmas	Abril
Visita ao Centro Desportivo Nacional do Jamor	Visita de estudo ao CNDJ para conhecer as instalações, história e o seu papel no desporto de alto rendimento e ainda na promoção do desporto para a comunidade	Helder Miguel Lucas Espínola	Turma 10º TD	Maio

ATIVIDADES/PROJETOS	OBJETIVOS	ORGANIZADORES	DESTINATÁRIOS	DATA
Hidroterapia- Spa	<p>Aplicação prática dos conteúdos teóricos: Permitir que os alunos vivenciem e pratiquem técnicas de hidroterapia estudadas em sala de aula, como banhos terapêuticos, duchas, imersões e exercícios aquáticos.</p> <p>Desenvolvimento de competências profissionais: Estimular habilidades práticas relacionadas ao cuidado com o cliente, à execução correta das técnicas e à observação dos efeitos terapêuticos da água.</p> <p>Promoção do bem-estar e autocuidado: Incentivar os alunos a compreenderem a importância da hidroterapia como ferramenta de promoção da saúde física e mental.</p> <p>Observação de ambientes profissionais: Conhecer a estrutura e funcionamento de um spa, incluindo protocolos de atendimento, higiene, segurança e organização do espaço.</p> <p>Integração entre teoria e prática: Consolidar o aprendizado por meio da experiência direta, favorecendo a retenção de conhecimentos e o desenvolvimento de senso crítico</p>	Rita Daniel Almeida Machete	10º TD e 10º TT	Maio

Passeando com Pessoa	Participar no percurso cultural - Visita a Lisboa com Fernando Pessoa	Maria José Costa Azenha, Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	12º TT e 12º TMEBE	Abril
Jardim Botânico Tropical de Lisboa	Reconhecer espécies botânicas com propriedades terapêuticas utilizadas em aromaterapia e fitoterapia. Sensibilizar para a importância da biodiversidade vegetal e da sua preservação no contexto da saúde e bem-estar.	Rita Daniel Almeida Machete	10º TMEBE	Abril/Maio
No Jardim com a Rainha	Atividade no Jardim Botânico	Maria José Costa Azenha, Fernanda Maria Gonçalves Ferreira Duarte	10º e 11º TT	Abril
Acampamento com pernoita	Visita e realização de atividades de exploração da natureza com pernoita	Ciro Filipe Marques Tavares, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário, Guilherme Araújo e Sá Rodeia, Helder Miguel Lucas Espínola	Todas as turmas	Maio
Visita ao Sniper	Visita às instalações do campo de férias Sniper em Bucelas para realização de atividades de exploração da natureza	Ciro Filipe Marques Tavares, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário, Helder Miguel Lucas Espínola	Todas as turmas	Abril
Visita ao Centro Desportivo Nacional do Jamor	Visita de estudo ao CNDJ para conhecer as instalações, história e o seu papel no desporto de alto rendimento e ainda na promoção do desporto para a comunidade	Helder Miguel Lucas Espínola	Turma 10º TD	Maio
Museu da Farmácia	Compreender a evolução histórica da medicina e do corpo humano. Observar modelos anatómicos e instrumentos médicos antigos. Refletir sobre a evolução dos cuidados de saúde e terapias manuais.	Rita Daniel Almeida Machete	Todas as turmas	Abril

Feira do Livro	Peddy Paper. Feira do Livro	Fernanda Duarte	Turmas de 12º	Maio
Torneio futsal	Torneio de Futsal dirigido a toda a escola com o objetivo de promover a prática desportiva e a competição saudável	Helder Miguel Lucas Espínola, Ciro Filipe Marques Tavares, Filipe Miguel Almeida de Carvalho Partidário Duarte	Todas as turmas	Maio/Junho
Roteiro da Arte Déco.	Execução de um circuito com peddy papper sobre a arte déco na cidade de Lisboa.	Paula Alexandra Oliveira Barros de Almeida	Todas as turmas	Abril

