



Fotocomposição Gráfica: Cristina Lima

Projeto "Dormir para Bem Sorrir" promove última sessão na Escola Básica de Campo de Besteiros, Tondela

Na última quarta-feira, dia 10 de abril de 2024, a Escola Superior de Saúde de Viseu (ESSV) e a Unidade de Cuidados na Comunidade de Tondela dinamizaram a última sessão do projeto "Dormir para Bem Sorrir" na Escola Básica de Campo de Besteiros, Tondela. Sob o tema "A arte no bem dormir", alunos, pais, professores e coordenadoras do projeto reuniram-se para uma tarde de partilha e aprendizagem.

A atmosfera de alegria e união marcou o encerramento do projeto, onde as crianças protagonizaram momentos de música com a apresentação da canção "Uma Noite Encantada", fruto do que aprenderam ao longo das seis sessões. Os pais foram brindados com performances encantadoras, evidenciando não apenas o talento dos pequenos, mas também os benefícios do programa na melhoria da qualidade do sono das crianças.

A conversa de fim de tarde proporcionou aos pais a oportunidade de esclarecer dúvidas e compreender a importância do sono para o desenvolvimento saudável de seus filhos. Surpreendentemente, muitas das questões foram respondidas pelos próprios alunos, demonstrando o impacto positivo das sessões no conhecimento e conscientização sobre o tema. Em um gesto de gratidão, os organizadores do projeto expressaram um caloroso "Muito obrigada" às crianças do 1º ciclo da Escola Básica de Campo de Besteiros, Tondela, destacando a importância da colaboração e das aprendizagens conjuntas. Os pais também foram reconhecidos pela sua participação ativa e pelo compartilhamento dos resultados positivos alcançados com a implementação das práticas sugeridas pelo projeto.

Odete Amaral (ESSV) e Paula Carvalho (UCCT)

