



ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS PELA APPIS no ano de 2010

1. Torneio de Futebol
2. Atividades lúdico-desportivas ao ar livre
3. Workshop sobre Karaté
4. Workshops sobre desequilíbrios alimentares
5. Ocupação de tempos livres
6. Workshops sobre tabagismo
7. Seminários acerca dos cuidados básicos de higiene
8. Rastreios de saúde oral
9. Workshops sobre alcoolismo
10. Ações de sensibilização sobre abuso de drogas e substâncias psico-ativas
11. Workshops sobre sexualidade
12. Intervenção psicológica EPIS
13. Sessões de orientação/reorientação do percurso escolar
14. Formação social e humana para jovens estudantes
15. Workshops sobre valorização dos percursos educativos
16. Workshop sobre decisão e reflexão na procura de emprego
17. Workshops sobre estilos de vida saudáveis
18. Distribuição de folheto informativo
19. Ação de sensibilização sobre mitos e crenças da sexualidade e do planeamento familiar
20. Ação de sensibilização sobre iniciação, consumo, dependência de tabaco, álcool e drogas
21. Programa de competências pessoais e sociais
22. Seminário EPIS “Chegada a uma nova escola”
23. Seminário EPIS “Lá em casa mandamos nós”
24. Seminário EPIS “Entre a família e a escola”
25. Programa de promoção de competências parentais EPIS “Entre pais”
26. Programa de promoção de competências parentais EPIS “Em família”
27. Trabalho de rua
28. Criação de áreas de informação
29. Workshops para promoção de competências de decisão e reflexão na procura de emprego
30. Gabinete de apoio psicossocial
31. Formação para docentes sobre prevenção de comportamentos de risco
32. Formação para auxiliares da ação educativa sobre prevenção de comportamentos de risco

1. Realização de torneio de futebol entre alunos do 3º ciclo das 9 escolas do Concelho de Paredes.

O torneio de futebol inter-escolas, promovido e organizado pela Associação Paredes Pela Inclusão Social, decorreu em 3 dias, no Pavilhão Rota dos Móveis em Lordelo.

O torneio assumiu uma configuração de eliminação directa no confronto entre as equipas. Houve uma *poule* inicial de classificação entre duas equipas (20/12/2010), ficando apenas 8 para a fase de confronto directo.

A competição teve lugar nos dias 11/04/2011 e 23/06/2011. A tabela de classificações foi a seguinte: Vitória: 3 Pontos; Derrota: 0 Pontos. A duração dos jogos foi de 40min., divididos em duas partes de 20min., separados por um intervalo não superior a 10min. Cada equipa contou com 10 elementos escolhidos de entre os alunos do 3.º ciclo seleccionados pelos professores de cada escola tendo em conta os seguintes factores: comportamento, assiduidade, rendimento escolar e níveis motivacionais e o facto de os alunos pertencerem à carteira de proximidade dos mediadores de capacitação para o sucesso escolar.

Foi endereçado um convite a todas as 9 escolas com 3.º ciclo do concelho de Paredes para que inscrevessem uma equipa no torneio.

Em parceria com a Câmara Municipal de Paredes foi disponibilizado transporte às escolas e o Pavilhão Multiusos Rota dos Móveis para a realização do torneio.

2. Realização de actividades lúdico-desportivas ao ar livre, nas várias freguesias concelhias, com crianças e jovens estudantes.

Foram realizadas diversas actividades:

1. Uma caminhada “Roteiro pela Sobreira” no dia 13/06/2010 que se desenvolveu em parceria com a Cruz Vermelha Portuguesa – Núcleo da Sobreira;
2. Um Pedi-Paper pelo centro histórico da Cidade de Paredes, organizado pela Acção Social da Câmara com parceria do Previne Paredes. Foi indicado como um local de paragem obrigatório, onde os jovens decifraram um enigma proposto “Atitude 3 P”. Esta atitude tem subjacentes três comportamentos: Previne-te, Protege-te e Partilha.
3. Com o União Sport Clube de Paredes (USC Paredes) e o Pelouro do Desporto da Câmara Municipal, foi dramatizada uma peça de teatro de sombras sobre o “O menino que não gostava de dormir”, relacionada com a importância da Higiene do Sono e uma aula de ginástica ao ar livre que foi monitorizada por uma professora de Educação Física que colaborou com o Projecto Previne Paredes.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

3. Realização de um workshop com crianças e jovens estudantes acerca dos benefícios da prática de Karaté para o sucesso escolar.

A realização desta acção teve a parceria da Associação Empresarial de Paredes (AEP), que cedeu o mestre de Karaté. Participaram alunos de 5º e 6º ano de duas escolas do concelho: EB 2/3 de Cristelo e a EB 2/3 de Paredes. A Câmara cedeu o transporte para a deslocação das crianças, bem como o Pavilhão Rota dos Móveis onde foi implementada a acção, no dia 21/12/2010 e assegurou o seguro.

A acção foi dividida nos seguintes momentos: 1. Apresentação teórica em PowerPoint da história do Karaté, da modalidade Gojo Ryus; 2. Visualização de um vídeo alusivo à prática dessa modalidade, em diferentes partes do mundo; 3. A apresentação dos instrumentos de combate utilizados na modalidade, apenas para apoio durante o treino dos atletas; 4. Demonstração prática da actividade.

4. Realização de um workshop sobre “Bons Hábitos Alimentares” para crianças e jovens estudantes.

Esta acção realizada em várias escolas do concelho de Paredes insere-se no âmbito da promoção de hábitos de vida saudáveis. Trabalhou as temáticas relativas à alimentação saudável e aos desequilíbrios alimentares mais comuns, como por exemplo a anorexia, a bulimia e a obesidade. Foram discutidas algumas crenças, tais como as que estão relacionadas com a publicidade alimentar, especificamente com a incongruência entre a imagem atlética das pessoas e o consumo de *fast-food*.

5. Dinamização de acções que promovam a ocupação de tempos livres com crianças e jovens estudantes através de actividades pedagógicas.



Nesta acção procurou-se de forma lúdica abordar temas que tenham um carácter educativo.

Esta acção iniciou-se com um desfile de moda, de forma a transportar os participantes para um mundo de *glamour*, associado ao sucesso fácil mas cujo objectivo foi perceber-se que mesmo na moda é preciso trabalho, esforço e dedicação para se conseguirem bons resultados, passando-se a mensagem de que o mesmo acontece em contexto escolar.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

Seguiu-se com um seminário para ocupação de tempos livres, abordando o tema a “Higiene do Sono”, onde foram descritas as consequências da falta de rotina do sono, a importância do sono para a aprendizagem, para a concentração e para os hábitos quotidianos. O diálogo interactivo com as crianças e jovens abordou os seguintes conteúdos: benefícios de uma boa rotina de sono, efeitos de uma má gestão do sono; influência do sono no desenvolvimento das crianças. Os conteúdos divertidos e animados permitem perceber muito facilmente hábitos diários errados e as estratégias que estão ao alcance de todos para os mudar. A mensagem cria muito envolvimento pelo público pelo que torna as crianças e jovens um veículo de transmissão dos conteúdos aos adultos.

Na iniciativa sobre a “Importância do Pequeno-Almoço” abordaram-se os seguintes conteúdos: 1. A função desta refeição para o organismo; 2. Quais os nutrientes que devem fazer parte integrante de um pequeno-almoço saudável e as consequências de suprimir esta refeição. Após a exposição destes temas visualizou-se um vídeo onde as figuras públicas expunham quais os seus comportamentos alimentares à hora do pequeno-almoço, pretendendo-se promover o debate entre os comportamentos correctos e incorrectos.

Foram realizadas também iniciativas acerca da importância da água. Os temas abordados: a importância da água na vida; o valor da água no nosso corpo, a ingestão diária de água recomendada, como hidratar o corpo, o que beber e sinais de alerta de desidratação.

6. Realização de um Workshop subordinado ao tema do tabagismo dirigido a jovens estudantes, desenvolvido em todas as escolas de 2º e 3º ciclo e secundárias do concelho de Paredes.

Nesta acção procura-se alertar para a toxicidade do tabaco descrevendo-se os seus componentes, nomeadamente a nicotina responsável pela sua dependência. Alerta-se também para os riscos das doenças causadas pelo tabaco e para a dependência que o tabaco provoca mostrando-se sempre que fumar é uma opção e que cada individuo pode optar por não a fazer e mesmo que já tenha experimentado pode sempre alterar esse comportamento ainda que tenha para o efeito de recorrer a ajuda. Aborda-se também o facto de embora o consumo de tabaco ser um comportamento individual tem consequências nos outros.

7. Realização de um seminário abordando o tema “Cuidados básicos de higiene no dia-a-dia” nas crianças do jardim-de-infância, 1º ciclo e jovens

Esta acção é dividida em 2 componentes a higiene pessoal e a higiene em casa. Acerca da higiene pessoal procura-se sistematizar um conjunto de hábitos quotidianos importantes e que devem ser realizados, como tomar banho, escovar os dentes, lavar as mãos em determinadas situações, cortar as unhas, etc., as quais em determinados períodos alguns jovens realizam com alguma resistência. Aborda-se também a importância do contributo individual de cada membro da família para manutenção da habitação limpa.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

8. Realização de acção de rastreio de saúde oral nas escolas.

Realização de uma acção de sensibilização, através de um PowerPoint, sobre a importância de uma boa saúde oral. O público-alvo escolhido foi os alunos de Secundário das duas escolas que aceitaram participar nesta iniciativa. A escolha deste público-alvo baseou-se essencialmente, numa constatação de que estes alunos do Secundário, não costumam ser abrangidos por rastreios, sendo a aposta das escolas nos públicos mais jovens. Abordaram-se os seguintes temas: como evitar a placa bacteriana; as doenças mais comuns da boca (gingivite, cárie, periodontite...); a importância da alimentação equilibrada para uma boa saúde da boca; técnicas de escovagem eficazes (escovilhão, fio dentário, elixir). Visualização de um filme síntese sobre os conteúdos abordados e abertura de um espaço para os alunos esclarecerem as suas dúvidas. Após esta sensibilização os alunos que quiseram foram submetidos a um rastreio individual, tendo como prémio uma pasta de dentes e um elixir, para que desta forma fossem mobilizados um maior número de alunos para o rastreio.

9. Realização de um workshop para crianças e jovens do jardim-de-infância, 1º ciclo e jovens acerca da temática dos comportamentos de risco, nomeadamente consumos de álcool.

Esta acção faz todo o sentido uma vez que desperta para todos os problemas que o álcool pode causar. Assim, é nosso objectivo contribuir para uma mudança de mentalidade entre os jovens de forma a alertar para os perigos decorrentes do consumo de álcool e despertar para as suas consequências, uma vez que socialmente o consumo de álcool é aceite e em muitas situações até estimulado.

10. Realização de uma acção de informação/sensibilização para crianças e jovens em contexto escolar acerca do abuso de drogas e substâncias psicoactivas num registo de prevenção selectiva.

Esta acção foi denominada “Vidas às Avessas” e é uma acção que pretende alertar para os riscos de consumo de drogas por parte dos alunos do 3º ciclo. É desenvolvida em continuidade.

Nesta acção os jovens podem falar das suas experiências, trocar ideias com outros jovens e melhorar os seus conhecimentos. Os objectivos da sessão são: identificar razões para o consumo de drogas; descrever consequências fisiológicas e psicológicas da dependência de drogas; dar a conhecer as diferentes modalidades de desintoxicação e o seu funcionamento; reflectir em torno das consequências da toxicod dependência na sociedade em geral e na família em particular; debater a questão legal relativa à toxicod dependência; promover a reflexão em torno da espiral da dependência; e sensibilizar para a ajuda aos toxicod dependentes.

11. Realização de um Workshop alusivo ao tema da sexualidade para crianças e jovens em contexto escolar.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

Nesta acção que debate o tema da sexualidade abordam-se os afectos, os métodos anti-concepcionais e as doenças sexualmente transmissíveis. Utilizam-se materiais audiovisuais para explorar os conteúdos e as “caixas de perguntas” para responder às reais questões dos jovens.

12. Realização de intervenção psicológica em atendimento individual ou em grupo baseada nas metodologias de capacitação para o sucesso escolar da EPIS dirigidas a alunos do 2.º e 3.º ciclo escolares.

Esta acção inicia-se sempre com um “screening” (diagnóstico) realizado aos alunos do 3.º ciclo das 9.º escolas com 3.º ciclo do concelho de Paredes o qual afere o risco dos alunos ao nível do insucesso e/ou abandono escolares em 4 vertentes: aluno, família, escola e território.

No início do ano lectivo é enviada aos encarregados de educação uma carta para que autorizem os seus educandos a serem avaliados. Esta é uma exigência da Comissão Nacional de Protecção de Dados.

No ano lectivo 2010/2011 este trabalho abrangeu 3472 alunos.

A taxa de resposta de aprovação ultrapassa os 90%.

De acordo com o tipo (aluno, família, escola e território) e o grau de risco que cada aluno apresenta realiza-se um “zooming” (diagnóstico em profundidade) para perceber exactamente quais os problemas de cada aluno e depois se delinear um plano de acção que assume a forma de compromisso assinado pelos pais, aluno, mediador e director de turma. Neste compromisso estão explanados os objectivos quantitativos em termos de resultados escolares a atingir, visando sempre o sucesso escolar e respectiva transição de ano. Os objectivos são mais ou menos ambiciosos de acordo com o percurso escolar de cada aluno. Tendo em atenção os objectivos definidos, perfil do aluno (competências e capacidades) são usadas as estratégias abaixo descritas.

Cada vertente de risco (aluno, família, escola e território) tem uma intervenção diferenciada mas como muitas vezes os alunos apresentam risco em mais de uma vertente a intervenção é complementada por diversas metodologias. Os alunos e respectivas famílias que apresentam risco são acompanhados ao longo de todo o ano lectivo e inclusive também nas interrupções lectivas.

Se o aluno tem risco na vertente aluno ao nível do trabalho individual com cada aluno pode-se trabalhar a motivação, o debate de crenças, treino de resolução de problemas, hábitos e métodos de estudo, gestão do tempo, treino de competências, gestão da crítica, auto-controlo da ansiedade, etc. Algumas destas temáticas também são trabalhadas em grupo, os quais são constituídos por iniciativa do mediador de acordo com a problemática dos alunos que o constituem.

Se o aluno tem risco na vertente família organizam-se sessões para pais em turma e fazem-se follow-ups com todos os pais dos alunos sinalizados todos os períodos.

Relativamente ao factor escola faz-se um follow-up contínuo ao longo do ano e com a direcção da escola duas vezes por período.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

Também está disponível “gestão comportamental nas escolas” que são formações dirigidas a professores e a pessoal auxiliar. Estas acções com a duração de 4 horas visam aprender a gerir com eficiência as relações interpessoais e os comportamentos que estão presentes no ensino-aprendizagem e podem dificultá-lo ou impedi-lo.

Os conteúdos das acções são os seguintes:

- ⇒ Problemas vs Perturbações do comportamento.
- ⇒ Perturbações de Défice de Atenção e Hiperactividade; Perturbação de Oposição; Perturbação de “Conduta”.
- ⇒ Estratégias preventivas:
 - Estilos de liderança na escola e gestão da crítica.
 - “Motivação”: métodos e técnicas.
- ⇒ Intervenção: o paradigma da actuação baseada na evidência.
 - O paradigma ABC (exemplos de casos)
 - Reforços: positivos e negativos. A aleatoriedade dos reforços.
 - Punições: positivas e negativas.
 - A extinção operante. Vantagens e riscos.
 - Aprendizagem por observação: *role play* e *role taking*.
- ⇒ Aspectos psicossociais: o efeito Latané e “a corrida das baratas”.
- ⇒ O que nunca deverá ser feito na escola
- ⇒ Debate.

No que se refere a componente do território faz-se encaminhamentos de casos de situações de risco ou de respostas às necessidades do aluno/família através de sinergias e articulação com a rede social do concelho.

Se o aluno apresenta um elevado risco de abandono faz-se uma prevenção e combate desse risco que pode passar por articulação com as entidades competentes para o efeito (escola e CPCJ) e persuasão do aluno e família através nomeadamente de visitas domiciliárias para a importância da escolaridade.

Todo este trabalho decorre de uma metodologia inovadora e já com resultados comprovados desenvolvida pela Associação dos Empresários pela Inclusão Social.

13. Realização de sessões individuais ou em grupo de orientação ou reorientação do percurso escolar com crianças e jovens em contexto escolar.

As acções no âmbito da orientação ou reorientação do percurso escolar visam esclarecer os alunos sobre opções de educação/formação e sensibiliza-los para a adopção das melhores estratégias face ao estudo, nomeadamente no que se refere aos exames nacionais. Aborda também a disfunção que os comportamentos de indisciplina podem provocar no percurso escolar, com faltas injustificadas, suspensões, ou em casos muito graves expulsão da escola. Quando após a escolaridade obrigatória o aluno opta pelo mundo do trabalho impõe-se a necessidade de exploração de técnicas de procura de emprego.

14. Realização de uma acção de sensibilização para alunos, dirigida para o âmbito da formação social e humana. Pretende-se essencialmente, cultivar e potenciar formas de saber ser e saber estar nos destinatários.

Esta acção tem várias abordagens de temas fundamentais para a construção de uma cidadania construtiva.

Aborda a temática das relações interpessoais e do tipo de comportamentos que os indivíduos podem exibir, de agressividade, manipulação, passividade e assertividade e as consequências que esses comportamentos acarretam para si e para os outros. Fomenta-se a adopção da assertividade como estratégia de relacionamento interpessoal construtiva para as relações interpessoais. Esta estratégia é fomentada como benéfica também no âmbito da integração de estágios, nomeadamente os realizados pelas turmas CEF.

Explora a Internet como um meio que oferece inúmeras oportunidades, pelo muito que se pode aprender, explorar e partilhar utilizando-a, mas também alerta para os perigos da sua utilização como a difamação, cyber-bullying, os vírus, etc... Alerta para a necessidade de protecção e segurança quer do computador quer do utilizador, mostrando o que se deve fazer num e noutro caso. Por fim, termina enumerando dicas a não esquecer.

Trabalha a temática do bullying, definindo-o, contextualizando-o e apontando as suas causas, enumera os seus intervenientes (vitima e agressor), e os factores que facilitam a sua ocorrência e enumera os sinais e sintomas reveladores da sua existência. Por fim, abordam-se estratégias para lidar com esta problemática quer da vertente do aluno, quer da vertente dos pais e professores.

15. Realização de Workshops acerca da valorização dos percursos educativos para jovens estudantes.

Nesta acção abordou-se a temática da desigualdade de oportunidades procurando-se desconstruir o conceito de forma a que a mensagem fosse a que a escola promove uma boa integração no mercado de trabalho e que a mesma será tão mais bem sucedida, sobretudo a longo prazo, quanto maior for o nível de escolaridade. Parte-se do facto de que há várias desigualdades que os indivíduos não podem mudar, como acontece com a raça ou com a localização geográfica mas ao nível educativo compete a cada um fazer as suas opções e dirigir o seu esforço para a obtenção de resultados positivos.

Trabalha-se também a forma como isso se pode conseguir descrevendo os métodos de estudo mais eficazes e eficientes para o efeito e a forma como os adolescentes podem gerir o seu tempo para conseguir realizar as actividades para as quais têm apetência e terem bons resultados escolares.

Foi também realizada uma visita à FIL à EuroSkills com os seguintes objectivos: aquisição de novos conhecimentos; promoção do gosto pelas disciplinas práticas; contacto com outras culturas; “experimentação” de profissões; promoção da interligação entre a teoria e a prática, a escola e a realidade, e desenvolvimento de capacidades de observação e de organização de trabalho através da elaboração de relatórios.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

16. Realização de um workshop, para estudantes dando-se primazia à aquisição de técnicas de procura de emprego, que permitam essencialmente aos participantes a aquisição de conhecimentos para a elaboração do curriculum vitae, cartas de candidaturas espontâneas, cartas de respostas a anúncios de emprego, assim como a preparação para eventuais entrevistas de emprego.

Realização, na Escola Secundária de Vilela, no dia 17/03/2010, de uma actividade acerca das principais técnicas úteis (que podem ser levadas a cabo quando se passa por um processo de procura activa de emprego mercado de emprego aberto; mercado de emprego fechado, como seleccionar bons anúncios de emprego; carta de resposta a anúncios, cartas de candidatura espontânea, e a atitude assertiva a demonstrar numa entrevista de emprego). Esta actividade teve a duração de 90 minutos e estiveram presentes 48 alunos com idades compreendidas entre os 16 e os 19 anos, seleccionados de entre os finalistas de 12.º ano e 9.º ano que tinham como objectivo a não prossecução da escolaridade e a entrada no mercado de trabalho.

17. Dinamização de workshops baseados no tema “Estilos de vida saudáveis” dirigidos a famílias em situação de vulnerabilidade social.

Neste workshop foram abordados conteúdos como os hábitos alimentares quotidianos e as práticas desportivas, os malefícios de dietas bruscas e de recorrer a medicação para complementá-las sem consulta com um nutricionista. A importância da prática de exercício físico diário e a possibilidade de o fazer gratuitamente através de caminhadas.

18. Elaboração e distribuição de um folheto informativo às famílias vulneráveis sobre práticas lúdico-desportivas potenciadoras de hábitos saudáveis no quotidiano familiar e sobre os locais concelhios passíveis da sua prática gratuita.

Para a distribuição destes folhetos informativos foi reforçada a parceria com diferentes instituições do Concelho, que trabalham com estas famílias em situação de vulnerabilidade social: Associação para o Desenvolvimento Integral de Lordelo (ADIL), Paredes Meias e Associação para o Desenvolvimento de Rebordosa (ADR). A elaboração deste folheto foi da autoria das técnicas do Previne Paredes, com parceria com o Pelouro do Desporto da Câmara Municipal de Paredes.

Assim, nesta iniciativa, foi realizada uma tentativa de aproximação a estas famílias utilizando a distribuição do folheto como uma estratégia que nos levaria a um primeiro contacto a ser continuado.

Os conteúdos abordados neste folheto foram os seguintes: 1. Hábitos de vida saudáveis – Dicas para aumentarem a actividade física; 2. Hábitos de vida saudáveis – Dicas para uma alimentação saudável; 3. Dicas gerais para vivermos de uma forma saudável.

19. Realização de uma acção de sensibilização/informação para famílias em situação de vulnerabilidade social acerca da importância do planeamento familiar.

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

Decorreu na Escola EB2/3 de Paredes no dia 9/12/2010 entre as 19h e as 21h e contou com 17 participantes. Foi dinamizada pela medidora da escola que utilizou o método expositivo e activo, tendo feito uma apresentação oral em PowerPoint e promovido a visualização e exploração de um vídeo. Foram enviados convites para os encarregados de educação através de todos os alunos de 3.º ciclo da escola.

Uma das dificuldades frequentemente relatadas pelos pais com respeito à educação e orientação dos seus filhos está relacionada com o tema da sexualidade. Que fazer frente às perguntas ou comportamentos dos filhos, o que dizer? O que não dizer? Como dizer? Isto é esperado ou normal para a idade do meu filho? Como conversar sobre o tema? Enfim, pais frente a muitas perguntas, muitas angústias e poucas ferramentas para enfrentar o tema. Esta acção pretende dar os instrumentos orientadores para que os pais sejam capazes de abordar esta problemática com os seus educandos definindo práticas sexuais saudáveis e abordando o planeamento familiar e as utilizações e contra-indicações dos diferentes métodos contraceptivos. Abordam-se também as doenças sexualmente transmissíveis e as suas consequências.

20. Realização de uma acção de informação e sensibilização para famílias vulneráveis acerca da iniciação, consumo e dependência do tabaco, álcool e drogas na adolescência.

A metodologia utilizada, nas duas iniciativas dinamizadas, foi a expositiva, abrindo-se espaço para debate acerca do tema. Neste caso concreto a exposição foi realizada através de um PowerPoint que serviu de orientação e condução de toda a sessão implementada pelas técnicas presentes.

O momento da acção propriamente dito foi dividido nas seguintes partes: 1. Apresentação do Projecto Previne Paredes; 2. Apresentação em PowerPoint do tema dos comportamentos de risco na adolescência; 3. Debate acerca das competências parentais relacionadas com os sinais de alerta dos filhos, que podem ser indicadores destes comportamentos de risco. Cada família deu o seu contributo pessoal, apontando as estratégias mais correctas para lidar e prevenir os comportamentos de risco dos seus filhos, contribuindo estes testemunhos para a construção de “Guia Prático” que foi distribuído por todos os participantes presentes nesta acção.

21. Aplicação de um programa de competências pessoais e sociais dirigidas às famílias vulneráveis.



ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

Este programa foi desenvolvido através da parceria existente com o Paredes Meias, que sinalizou as famílias de RSI com um perfil correspondente a programas de competências. Participaram neste programa 10 indivíduos, o qual decorreu de 9 de Novembro a 20 de Dezembro de 2010.

Foi constituído por 5 sessões, em continuidade, tendo como tema “A importância da comunicação”.

22. Aplicação de um seminário EPIS para promoção de competências parentais da EPIS “A chegada a uma nova escola... - o papel dos pais na transição à adaptação entre escolas”. A presente dirige-se aos pais dos alunos que iniciem o novo ciclo escolar (5º, 7º e 10º anos).

O seminário “Chegada a uma nova escola: o papel dos pais na adaptação à transição entre escolas” trabalha com as famílias a temática da transição entre escolas e o facto de este ser um momento de perturbação porque são feitas diversas exigências de adaptação ao jovem, mas também é um período de oportunidades e desafios que geridos com sucesso promovem um sentido de maior competência no jovem. Os jovens têm várias concepções acerca da chegada a uma nova escola: “acho que me vou perder”; “posso conhecer mais pessoas”; “acho que vou ter mais liberdade”; “os mais velhos podem-me chatear”; “vai ser mais difícil ser bom aluno”. O seminário, debate com os pais estes sentimentos comuns dos filhos, que podem ou não ser revelados; ajuda-os a lidar com a situação e a ajudar os filhos a lidar com a mudança. Há 3 domínios comuns onde é natural que haja manifestações de stress: o stress escolar decorrente das diversas disciplinas, que exigem uma grande capacidade de organização (de materiais, de estudo...); das exigências mais elevadas; da maior carga de trabalho e da maior pressão para o sucesso. Pode ocorrer stress social decorrente da crescente importância dos amigos e dos colegas; da ruptura de relações de amizade com colegas do 1º ciclo; da população escolar ser mais diversa e de maior dimensão e dos novos dilemas: como reagir a pressões para fumar, beber... Podem ainda surgir situações de stress derivadas da Escola ser maior, mais distante e menos familiar; da existência de novas regras e novo regulamento ou do maior anonimato e menor vigilância; da adaptação a diferentes professores que colocam diferentes exigências e da maior tensão na relação entre professor e aluno.

Sugere-se aos pais que estejam atentos ao comportamento dos seus educandos; nomeadamente a manifestações de ansiedade, que conheçam a escola fisicamente e também as suas regras e regulamentos e que mantenham uma relação de proximidade com o Director de Turma.

23. Aplicação de um seminário para promoção de competências parentais da EPIS “Lá em casa mandamos nós?... Estratégias disciplinares”. Este seminário é dirigido a pais de todos os anos de escolaridade.



ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

O Seminário “Lá em casa mandamos nós? Fala acerca da autoridade parental eficaz, da necessidade das famílias responderem às necessidades dos filhos e de serem capazes de exigir padrões de comportamento adequados. Os adolescentes vivem processos de mudança complicados quer fisicamente, quer em termos emocionais pelo que precisam de apoio, estabilidade, monitorização e regras. No presente seminário salienta-se a importância do desenvolvimento de uma relação positiva com o adolescente baseada na comunicação assertiva.

24. Aplicação de um seminário para promoção de competências parentais da EPIS “Entre a família e a escola: o que os pais podem fazer para promover o sucesso escolar dos filhos adolescentes”. Este seminário dirige-se aos pais dos alunos de todos os anos de escolaridade.



No seminário “Entre a família e a escola: o que os pais podem fazer para promover o sucesso escolar dos filhos adolescentes” debate-se o facto de os pais influenciarem a aprendizagem dos educandos, jogando, questionando, ensinando a pensar e a estudar e promovendo o acesso a diversos recursos (livros, internet, etc.). Clarifica-se o facto de a família ser sempre o primeiro contexto de aprendizagem e os benefícios de um envolvimento parental na escola por exemplo participando nas actividades desenvolvidas na escola, promovendo actividades de aprendizagem em casa e participando activamente na tomada de decisões. Adopta-se a tipologia de Joyce Epsteine abordando-se os diferentes domínios da tipologia.

25. Aplicação do programa de promoção de competências parentais da EPIS, de cariz selectivo denominado “Entre pais” dirigido a grupos de pais e que desenvolve em várias sessões. Este tipo de intervenção é indicado sempre que existam factores de risco na família para o insucesso escolar.

“Entre Pais” é um espaço de encontro que procura apoiar os pais de alunos do 3º ciclo a resolver os problemas do dia-a-dia e a promover o sucesso escolar dos filhos adolescentes.

Dinamizam-se grupos de desenvolvimento, onde cada sessão é temática, sendo inicialmente abordadas questões mais relacionadas com a gestão educacional e as últimas sessões dedicadas ao papel dos pais na aprendizagem e sucesso escolar.

São realizados 7 encontros quinzenais ou semanais, com a duração de 90 minutos e com um máximo de 12 participantes, onde os pais podem falar das suas experiências, trocar ideias com outros pais e melhorar os seus conhecimentos e competências relativamente a:

- * Conhecer melhor o filho adolescente
- * Encorajar e reforçar comportamentos positivos

ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

- * Apoiar e comunicar eficazmente com o filho
- * Estabelecer e fazer cumprir regras
- * Monitorizar e acompanhar o filho
- * Resolver conflitos
- * Apoiar o filho na aprendizagem

Em cada sessão foram atribuídas tarefas aos pais para aplicarem na orientação escolar dos seus filhos. O sucesso da acção verifica-se avaliando se os pais conseguiram ou não aplicar as tarefas. São utilizados role-plays, role-takings, técnica de resolução de problemas, o barómetro social (para classificar os problemas dos alunos de a 1 a 10), estratégias de comunicação eficaz e dinâmicas de grupo de coesão grupal.

26. Aplicação do programa de competências parentais da EPIS, em contexto domiciliário/familiar “Em família”. Esta é uma intervenção mais individualizada efectuada em contexto domiciliário. A presente acção é de uma duração variável, não tendo por isso, um número definido de sessões.

Esta intervenção surge como uma estratégia de apoio e orientação para famílias de jovens em risco de insucesso ou abandono escolar acompanhados pela metodologia EPIS.

27. Trabalho de rua dirigido a jovens consumidores.

Deslocação da equipa técnica a locais habituais de consumo no concelho com vista ao estabelecimento de relações de vinculação com os jovens consumidores e à disponibilização de informação acerca da prevenção de comportamentos de risco. Neste sentido foi realizado um pedido à Comissão Nacional de VIH SIDA de materiais informativos e de brindes que pudessem ser oferecidos na tentativa de uma aproximação a este grupo-alvo nos locais assinalados.

28. Criação de áreas de informação, sensibilização e prevenção de comportamentos de risco, nos locais de diversão nocturna e diurna dirigida a jovens consumidores.

Através da criação de parcerias com os Centros de Saúde locais, procedeu-se à recolha de materiais informativos sobre práticas sexuais saudáveis e planeamento familiar. Utilizamos também os materiais fornecidos pela Coordenação Nacional para a infecção VIH/SIDA. Assim, depois de reunidos os materiais contactaram-se os cafés/bares nas imediações das escolas que pretendíamos abranger com esta acção. As escolas foram seleccionadas com base no parecer realizado pelos mediadores EPIS, que identificaram vários casos de comportamentos de risco. Esta acção decorreu de 09/08/2010 a 11/10/2010.

29. Realização de uma acção de sensibilização para jovens consumidores, dirigida para o âmbito da formação social e humana. Pretende-se, essencialmente, cultivar e potenciar formas de saber ser e saber estar nos destinatários.

Abordagem de três tipos de comportamentos: assertivo, passivo e agressivo, com o objectivo de se realçar as diferenças das relações interpessoais do uso dos diversos tipos de comportamentos.

Criou-se uma sessão debate, no dia 11/11/2010 com o objectivo de se fomentar a reflexividade do saber ser e a promoção da responsabilidade social e o saber estar entre os jovens com indícios de consumo.

Concretamente numa primeira fase foi usado o método expositivo, com recurso a um PowerPoint sobre a temática da importância da assertividade. Num segundo momento foi usado o método demonstrativo, com a realização de três curtas-metragens alusivas aos três tipos comportamentos. A situação dramatizada envolvia 2 personagens – o aluno e o director do Conselho Executivo. Embora o grupo de participantes fosse extenso estiveram bastante organizados nas interações, mostrando interesse e bastante entusiasmo perante o tema apresentado. As três curtas-metragens foram o ponto alto da acção, não só para os 6 “actores”, mas também para a restante plateia que assistiu atentamente às peças, aplaudindo entusiasticamente no fim. Os alunos que representaram compreenderam na íntegra o que se esperava deles, sendo fácil para plateia perceber o tipo de comportamento que estava a ser dramatizado e quais as consequências que traziam para as relações interpessoais. A mudança de papéis permitiu que os alunos se projectassem no papel de professor sentindo as dificuldades que podem existir na relação entre ambos.

Ficou claro para os alunos que o comportamento mais adequado é o assertivo

30. Criação de um gabinete de apoio psicossocial para atendimento individualizado de jovens consumidores e famílias em situação de vulnerabilidade social.

Para a criação deste gabinete foi-nos cedido pela Câmara Municipal de Paredes (CMP) um espaço com as condições necessárias para um bom atendimento. Os encaminhamentos realizados contam com as parcerias da CPCJ, CMP – Pelouro da Acção Social, ADIL e Paredes Meias. O tipo de intervenção realizada baseia-se no Modelo Cognitivo-Comportamental, apenas nos casos em que se justifica um acompanhamento em continuidade. O Gabinete abriu em Julho de 2010.



ASSOCIAÇÃO PAREDES PELA INCLUSÃO SOCIAL

31. Acção de sensibilização/informação para docentes acerca da prevenção dos comportamentos de risco associado ao consumo abusivo de drogas e álcool, e das práticas sexuais de risco, em meio escolar.

Para a realização desta acção contamos com a parceria da Câmara Municipal de Paredes, nomeadamente com o Pelouro da Educação. Os docentes seleccionados foram os das Actividades de Enriquecimento Curricular (AEC's), uma vez que têm maior disponibilidade em participar neste tipo de acções (formação não creditada). Participaram nesta iniciativa 9 docentes, no dia 29/12/2010.

A metodologia utilizada foi a expositiva e demonstrativa, recorrendo-se à utilização de um *PowerPoint*, seguido da visualização de um pequeno vídeo.

A acção dividiu-se nas seguintes partes: 1) apresentação da equipa técnica e do projecto; 2) *PowerPoint*, onde se abordou os seguintes conteúdos – o que são comportamentos de risco, distinção entre factores de risco e protecção, tipos de prevenção, o papel da escola na promoção da saúde e na consequente prevenção de comportamentos de risco e como prevenir na faixa etária dos 3 aos 9 anos; 3) visualização de um filme designado “*children see, children do*”, que ilustrava a importância do adulto como modelo de comportamento; 4) por fim, foram distribuídos certificados de participação pelos presentes.

32. Acção de sensibilização/informação para auxiliares da acção educativa acerca da prevenção dos comportamentos de risco associados ao consumo abusivo de drogas e de álcool, e acerca da práticas sexuais de risco, a realizar em meio escolar.

Sensibilização de auxiliares da acção educativa, mais recentemente denominadas por assistentes operacionais. Esta metodologia foi utilizada, tendo em conta todas as estratégias de gestão de um grupo formativo. Para a reflexão acerca dos conteúdos utilizou-se a técnica do *Brainstorming*. A oferta formativa desta acção foi enviada a todas sedes de Agrupamento do Concelho, embora apenas três tenham dado resposta a esta solicitação. Solicitou-se o número de inscrições e adequou-se o horário à dinâmica das escolas.