

# Relatório de Avaliação do Impacto Social do Programa “EU PASSO...” da Associação Prevenir



# Relatório de Avaliação do Impacto Social do Programa “EU PASSO...” da Associação Prevenir

Preparado para Sumol+Compal  
por  
Stone Soup Consulting

março, 2013



© Stone Soup Consulting, 2013

A Stone Soup Consulting é uma empresa que tem por missão proporcionar serviços de consultoria para apoiar o fortalecimento institucional das organizações e iniciativas do Terceiro Sector. Atuando como um aliado das entidades do terceiro Sector, a Stone Soup Consulting tem como objetivo ajudar a fortalecer a sua gestão operacional, assim como identificar os possíveis caminhos de desenvolvimento futuro, mediante processos compartilhados de formulação e execução estratégica.

[www.stone-soup.net](http://www.stone-soup.net)

Sede: Rua Manuel Viegas Guerreiro, 1, r/c Esq., 2770-193 • Paço de Arcos • Portugal

E-mail: stone-soup@stone-soup.net

## **Disclaimer**

*A equipa de consultores da Stone Soup Consulting, associada a este projeto, trabalhou com profissionalismo e rigor na elaboração dos materiais relacionados com este relatório. A Stone Soup Consulting e os seus consultores associados não se responsabilizam pelo uso que a entidade cliente dará da informação inserida neste documento, mas recomenda-se – para otimizar o seu impacto – que esta informação complemente/ seja complementada por políticas e procedimentos adequados.*

## Índice

SUMÁRIO EXECUTIVO .....	5
1. Enquadramento e Metodologia de avaliação de impacto .....	9
2. Teoria da Mudança Social.....	13
2.1. O problema .....	13
2.2. A Solução - Programa “EU PASSO...” .....	14
a. Enquadramento .....	14
b. Objetivos.....	15
c. Metodologia e temas .....	15
d. Monitorização e avaliação de resultados .....	16
e. Programa em avaliação (de impacto) .....	17
3. A Teoria da Mudança dos Atores-chave.....	19
3.1. Professores .....	19
3.2. Alunos.....	24
3.3. Famílias.....	33
4. Investidores sociais e sustentabilidade do Programa .....	38
5. Avaliação Global do Impacto Social .....	42
6. Conclusões e Recomendações.....	43
7. Anexos .....	47
7.1. Mapa de Impacto .....	47
7.2. Guião de entrevistas aos atores-chave do projeto .....	48
7.3. Guião de entrevistas a alunos sobre o Programa “EU PASSO” .....	49
7.4. Guião de entrevistas a professores sobre o Programa “EU PASSO” .....	50
7.5. Guião de entrevistas a encarregados de educação sobre o Programa “EU PASSO” .....	51
7.6. Guião do questionário feito às famílias sobre o Programa “Eu Passo...” .....	52

7.7. Guião das entrevistas feitas aos professores sobre o Programa “Eu Passo...” .....	58
7.8. Guião das entrevistas feitas aos alunos sobre o Programa “Eu Passo...” .....	66
7.9. Guião do focus group feito aos professores sobre o Programa “Eu Passo...” .....	72
7.10. Avaliação “EU PASSO...” (Professores) .....	76
7.11. “EU PASSO...” - Hábitos de Vida Saudáveis (Alunos).....	81
7.12. Avaliação “EU PASSO...” (Alunos).....	84

## SUMÁRIO EXECUTIVO

Segundo os estudos mais recentes da Organização Mundial de Saúde, uma em cada três crianças tem excesso de peso ou obesidade infantil. De acordo com a Comissão Europeia, Portugal está entre os países europeus com maior número de crianças afetadas por esta epidemia: 29% das crianças portuguesas entre 2 e 5 anos têm excesso de peso e 12,5% são obesas. Na faixa etária dos 6 aos 8 anos, a prevalência do excesso de peso é de 32% e a da obesidade é de 13,9%.

Em 2011, foi realizado o Inquérito Nacional em Meio Escolar sobre Consumo de Drogas e outras Substâncias Psicoativas, ao 3º ciclo, pelo Governo português, através do Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências, com a colaboração do Ministério de Educação e das escolas de todo o país. Com uma amostra de 33.000 alunos, 10% dos alunos inscritos nesse ciclo, as conclusões desse estudo mostram que, nos últimos 5 anos, houve aumento das percentagens de consumidores de bebidas alcoólicas, acompanhado no entanto, pela descida da prevalência da embriaguez. Também aumentaram as percentagens de consumidores de tabaco e, em menor grau, as de cannabis, tendo-se mantido (com tendência para descida) as prevalências das “outras drogas”.

Os dados revelados pelo Sistema Europeu de Vigilância Nutricional Infantil da Organização Mundial de Saúde indicam que mais de 90% das crianças portuguesas come *fast-food*, doces e bebe refrigerantes, pelo menos quatro vezes por semana. Menos de 1% das crianças bebe água todos os dias e só 2% consome fruta fresca diariamente. Quase 60% das crianças vão para a escola de carro e apenas 40% participam em atividades extracurriculares que envolvam atividade física.

Quando se analisa a programação escolar portuguesa, conclui-se que esta não contém matéria sobre capacitação para a tomada de decisões, resistência à pressão de pares, ou competências de gestão emocional. Os jovens não são capacitados para desenvolver competências interpessoais que lhes permitissem lidar com os riscos associados a determinados comportamentos, nomeadamente de consumo de substâncias aditivas e relações sexuais desprotegidas. De igual modo os professores não dispõem de qualquer documentação auxiliar ao leccionamento das aulas que cubra estas matérias.

Para responder a esta problemática a Associação Prevenir desenvolveu o Programa “EU PASSO”, um programa de promoção de hábitos saudáveis entre os jovens e diminuição de comportamentos de risco.

Vários estudos evidenciam que os modelos mais eficazes para prevenir o tabagismo nos jovens são os que aumentam a sua consciência dos processos de influência social (as normas sociais, a pressão do grupo e a promoção dos produtos ou das marcas), promovendo-se a sua competência para resistir ou gerir essas influências, através de métodos de aprendizagem ativa e interativa e do desenvolvimento de mecanismos de resolução de problemas. Está, também, demonstrado que os programas implementados em meio escolar e com a participação dos professores são os que produzem os melhores resultados (Ministério da Saúde, 2005). A escola é um local privilegiado organizado para a aprendizagem e crescimento, onde os alunos passam grande parte do seu tempo e no qual confluem os jovens, bem como as suas famílias e grande parte das comunidades.

O programa pretende uma intervenção na altura em que as possibilidades de serem desenvolvidas atitudes e comportamentos relacionados com a procura de novas sensações são maiores, para além da pressão dos pares e da adaptação a este novo meio escolar são

fatores fundamentais, ligados à instauração de novos comportamentos e atitudes favoráveis ou não ao consumo de drogas.

Em 2011, a Sumol+Compal, enquanto membro da estrutura “Oeiras Solidária”, convidou a Stone Soup Consulting a facilitar o processo de avaliação de impacto do Programa “EU PASSO” conduzido pela Associação Prevenir. O programa, que já tinha tido edições anteriores, mas para outras faixas etárias e noutros concelhos, enfrentava ele próprio desafios de escalabilidade e adaptabilidade metodológica, uma vez que se pretendia aplicar o mesmo Programa noutros concelhos e para faixas etárias mais elevadas.

A Associação Prevenir já realizava avaliação de resultados, com o apoio técnico e pedagógico da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação de Lisboa, e tinha por isso uma metodologia consolidada de avaliação, mas nunca tinha encetado um processo conducente à avaliação de impacto social dos seus programas.

Para a avaliação de impacto foi selecionada uma metodologia inspirada no SROI (*Social Return on Investment*), mas sem a valorização financeira. Assim, de novembro de 2011 a fevereiro de 2012 foi realizado, com o apoio da Stone Soup Consulting, o processo de avaliação de impacto social, que consistiu na construção da Teoria da Mudança Social do Programa, e num processo *multistakeholder* de construção de indicadores, *outputs* e *outcomes* para medição do impacto social do programa. Foram também identificados os atores-chave principais do Programa.

Após a co-construção dos instrumentos de medição do programa foram aplicados os instrumentos de compilação de informação, nomeadamente inquéritos e entrevistas aos atores-chave identificados, para estabelecer o *baseline* do Programa.

Com base nos instrumentos identificados e informação recolhida, foi construído um Mapa de Impacto Social.

Em termos de capacitação, no âmbito do projeto, tiveram ainda lugar duas sessões formativas, ministradas pelo parceiro da Stone Soup, Social Evaluator, especialista em avaliação de impacto social baseada na metodologia SROI.

O Programa foi implementado no ano letivo 2011/2012 e no está atualmente a ser aplicado no ano letivo 2012/2013, tendo sido, conseqüentemente, avaliado no final de dezoito meses de implementação, tendo sido reaplicados inquéritos, entrevistas e realizados *focus groups* com os atores-chave. Essa informação foi depois inserida no Mapa de Impacto para medição do impacto obtido. O atual relatório resume a informação que consta desse Mapa de Impacto.

O relatório é composto por três partes principais. Na primeira são enunciados a metodologia de avaliação de impacto social e o enquadramento da avaliação do Programa. Na segunda parte é detalhada a teoria da Mudança Social do Programa “Eu Passo”, incluindo informação relevante sobre a problemática em resposta da qual é desenhado o programa e a construção metodológica do Programa em si. A terceira parte detalha a teoria de mudança social para os atores-chave principais, considerados como tendo maior impacto do Programa, nomeadamente professores, alunos e famílias. Após estas partes principais há ainda alguns considerandos sobre os investidores do programa e a sua sustentabilidade, seguido de uma avaliação global do programa e das conclusões, recomendações e anexos.

Em termos gerais podemos considerar que o Programa “EU PASSO” é um programa bem-sucedido, com impactos junto dos atores-chave identificados para o programa. O Programa conseguiu mobilizar os professores como agentes multiplicadores, interessá-los pela aplicação das suas metodologias, cativá-los pelas temáticas, conseguiu estimular a participação ativa dos

alunos, manter o seu foco de interesse, aumentar o seu conhecimento sobre as matérias e dar-lhes ferramentas de decisão e participação, conseguiu envolver as famílias nas temáticas da educação cívica e fazê-las assinar um compromisso.

A avaliação do impacto social do Programa permite demonstrar que os impactos são positivos sobre os atores-chave, com destaque para os professores, em que os indicadores foram superados. Do lado oposto do espectro estão as famílias, cujo envolvimento deverá ser reequacionado para permitir reforçar as mensagens do Programa e estimular a mudança comportamental dos jovens no curto e médio prazo.

Em termos de escalabilidade para novos concelhos, e de mudança para os 7º anos, o Programa é bem-sucedido, uma vez que atingiu os objetivos e os seus materiais foram considerados adequados.

Uma das questões que é clara, nesta altura, é que ainda é cedo para aferir a totalidade do impacto do programa sobre a vida dos alunos que com ele contactaram. Dezoito meses é um período curto para avaliar se os alunos estarão preparados para resistir à pressão de pares, fazer escolhas saudáveis em detrimento das escolhas do grupo, ter resposta para situações de violência que exigem maturidade emocional. Todavia, já é possível verificar o aumento do conhecimento sobre as temáticas, as mudanças de alguns hábitos e o interesse que demonstraram sobre as temáticas.

Com base em todo o processo de avaliação de impacto participativo foram tecidas as seguintes recomendações:

#### Relativas ao conteúdo do Programa:

1. Rever os materiais do Programa “EU PASSO...” para fazer face às adaptações das aulas de formação cívica para educação para a cidadania ou até ao seu desaparecimento em algumas escolas.
2. Rever as estratégias de abordagens de envolvimento das famílias, com abordagens heterogêneas conforme as características e o interesse demonstrado pelas famílias.

#### Relativas à gestão do Programa, sustentabilidade e avaliação de impacto:

1. Rever o indicador relativo aos professores “Aumento do conhecimento das temáticas lecionadas” para “Aumento de conhecimento de metodologias para lecionar as temáticas chave identificadas”;
2. Adicionar momentos de avaliação do envolvimento das famílias, que se estendam para além da assinatura do compromisso, por exemplo, por via de uma avaliação feita pelos alunos às suas famílias.
3. Reforçar os momentos de avaliação do compromisso dos alunos para com programa;
4. Realizar uma avaliação complementar a turmas não envolvidas no programa, de forma a avaliar-se a incidência do programa sobre as turmas que não tiveram esta formação;

5. Detalhar todos os indicadores financeiros do Programa, permitindo um controlo orçamental mais aprofundado;
6. Atualizar mensalmente o mapa de impacto;
7. Aplicar a metodologia do Programa nas mesmas escolas, durante um período de 3 a 5 anos, para poder potenciar o impacto do programa;
8. Alargar o Programa a mais turmas de cada escola para potenciar o impacto em cada escola, e a mais escolas como parte integrante de uma rede “Eu Passo”;
9. Promover a ligação do Programa “Eu Passo” a outros programas com objetivos semelhantes;
10. Assegurar financiamento, a três anos, para as zonas geográficas de intervenção do Programa, de modo a garantir a sua sustentabilidade financeira;
11. Construir folhetos/ documentos informativos que possam ser utilizados pelos Encarregados de Educação de ciclos anteriores, como portadores de propostas de financiamento do programa por partes das empresas onde trabalham;
12. Considerar uma segunda etapa de avaliação do impacto social, em que o retorno social do investimento possa ser valorizado financeiramente;
13. Rever a avaliação de impacto anualmente reaplicando as metodologias e construindo relatórios de impacto que analisem quantitativa e qualitativamente os dados do mapa de impacto;
14. Fazer uma avaliação de longo prazo, com um estudo dos comportamentos de risco nos alunos que participaram no programa versus os alunos que não beneficiaram do mesmo, para poder confirmar o impacto na mudança de comportamento dos jovens.



## 1. Enquadramento e Metodologia de avaliação de impacto

Em 2011, a Sumol+Compal, enquanto membro da estrutura “Oeiras Solidária”, convidou a Stone Soup Consulting a facilitar o processo de avaliação de impacto do Programa “EU PASSO” conduzido pela Associação Prevenir, no concelho de Oeiras. O programa, que já tinha tido edições anteriores, mas para outras faixas etárias e noutros concelhos, enfrentava ele próprio desafios de escalabilidade e adaptabilidade metodológica, uma vez que se pretendia aplicar o mesmo Programa noutros concelhos e para faixas etárias mais elevadas.

A Associação Prevenir já realizava avaliação de resultados, com o apoio técnico e pedagógico da Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação de Lisboa, e tinha por isso uma metodologia consolidada de avaliação, mas nunca tinha encetado um processo conducente à avaliação de impacto social dos seus programas.

Assim, a partir de novembro de 2011 e até fevereiro de 2012, a Stone Soup Consulting liderou um processo de aplicação de uma metodologia de avaliação de impacto social inspirada no processo SROI (*Social Return on Investment*), mas sem a componente de valorização financeira.

Esta metodologia foi apenas aplicada, em plenitude, ao Programa “EU PASSO” no concelho de Oeiras, sendo que a Associação Prevenir coligiu informação complementar dos restantes concelhos como enquadradora da amostra detalhada deste concelho.

O processo foi altamente participativo, envolvendo os principais atores-chave do concelho – **Associação Prevenir, Sumol+Compal, Fundação EDP, Câmara Municipal de Oeiras, Professores, Alunos, Famílias** - e foi construída em várias fases, desde a elaboração da teoria da Mudança Social (ver ponto seguinte), à identificação dos atores-chave, à construção de inquéritos e entrevistas a esses atores-chave, identificação dos indicadores a avaliar e *outputs* e *outcomes* desejados pelos atores-chave, à construção do Mapa de Impacto e posterior análise do mesmo, como se ilustra em baixo (gráfico 1):

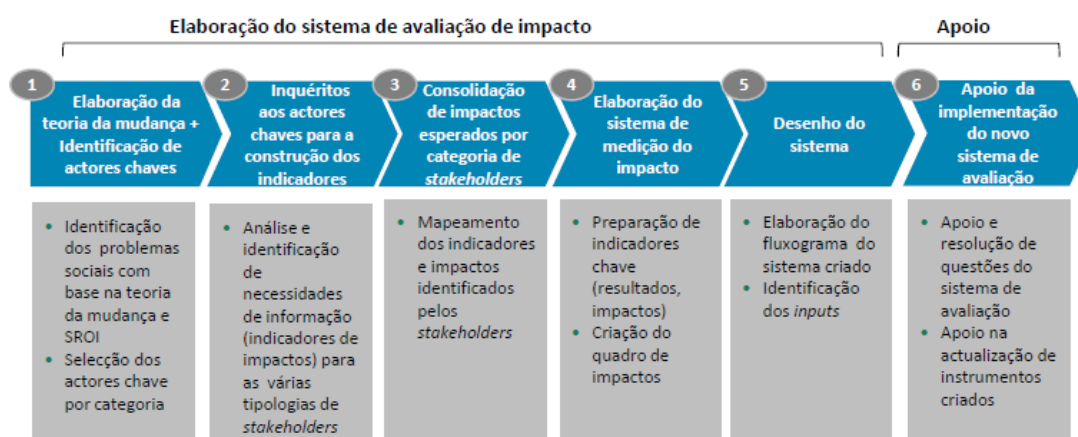


Gráfico 1

O processo de identificação dos atores-chave foi um dos primeiros passos do processo de avaliação (ver Quadro 1). Embora tenham sido identificados muitos atores-chave para o

Programa, considerou-se que os professores, alunos e famílias eram os atores sobre os quais o Programa tinha maior impacto.



**Quadro 1**

Para promover um enquadramento deste processo foram também realizadas duas sessões formativas<sup>1</sup>, ministradas pelo parceiro da Stone Soup, Social Evaluator, especialista em avaliação de impacto social baseada na metodologia SROI.

Para construção do Mapa de Impacto, foi realizado um aprofundado trabalho sobre os *outputs* e *outcomes*, indicadores e meios de verificação. Foi necessário investigar os indicadores existentes, definir e caracterizá-los e sugerir novos indicadores que fossem benéficos para a medição do programa. O mesmo foi realizado sobre os *outputs* e *outcomes*. Este processo foi realizado para todos os atores-chave do Programa. Foi necessário também calcular o valor de atribuição<sup>2</sup> do Programa “EU PASSO” sobre cada um dos indicadores. Todo este processo foi co-construído pelos atores-chave principais do Programa, em reuniões de trabalho sistemáticas e entrevistas sobre o programa<sup>3</sup>. A Câmara Municipal de Oeiras, presente em todas as reuniões de trabalho, não só foi determinante no apoio institucional, na escolha e

<sup>1</sup> Que tiveram lugar na sede da Sumol+Compal nos dias 16/1/2012 e 27/2/2012

<sup>2</sup> Impacto que possa ser atribuído diretamente ao Programa “EU PASSO” da Associação Prevenir e não a outros Programas com objetivos similares.

<sup>3</sup> Ver Anexo 7.2.

operacionalização do programa nas escolas do concelho, mas também na contribuição em termos de *know-how* educacional para a construção dos indicadores, *outputs* e *outcomes*.

Além dos atores-chave principais - **Associação Prevenir, Sumol+Compal, Fundação EDP, Câmara Municipal de Oeiras, Professores, Alunos, Famílias** -, participaram ainda no processo de avaliação as seguintes entidades: Junta de Freguesia de Benfica, Câmaras Municipais de Cascais, Sintra, Centros de Formação de Professores (Cascais, Oeiras, Lisboa - Benfica e Sintra), Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação de Lisboa, Ministério da Educação (Direcção Geral de Inovação e de Desenvolvimento Curricular e o Núcleo de Educação para a Saúde e Acção Social Escolar – NESASE).

No que concerne aos beneficiários diretos do programa (alunos e professores) era muito importante que se estabelecesse primeiro o *baseline*, ou seja, o ponto de conhecimento e informação e atuação pré-programa sobre as temáticas ministradas no “EU PASSO”, para que se pudesse depois aferir quais os progressos desse conhecimento. Assim sendo foram aplicados inquéritos e realizadas entrevistas, no início do programa, em novembro de 2011, a esses beneficiários<sup>4</sup> e foram aferidas essas informações. A amostra foi aleatória, correspondendo aos atores-chave de maior impacto do programa, professores, alunos e famílias. Estes inquéritos iniciais foram inspirados nos inquéritos já realizados pela Associação Prevenir no âmbito da sua avaliação de resultados.

Em novembro de 2012 foram reaplicados inquéritos aos alunos, professores e foram realizadas entrevistas e *focus groups* com os professores, alunos e famílias, de modo a avaliar o impacto do programa sobre os beneficiários do mesmo. A amostra foi aleatória, correspondendo a percentagens diferentes dos atores-chave. Ver quadro seguinte;

Atores-chave	Ferramentas	Participantes	Duração	Data
Professores (15 professores consultados, representam 91% do total de professores participantes no programa no concelho de Oeiras)	Entrevista	Professora do 8ºA da Escola Conde de Oeiras	Entre 30 a 45 minutos	Dia 4 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Professora do 8ºD do Agrupamento de Escolas de S. Julião da Barra	Entre 30 a 45 minutos	Dia 3 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Professora do 8ºC da Escola Dr. Joaquim de Barros	Entre 30 a 45 minutos	Dia 7 de Dezembro de 2012
	Focus Group	15 Professoras das diferentes escolas de Oeiras	Entre 60 a 90 minutos	Dia 4 de Dezembro de 2012
Alunos (6 alunos)	Entrevista	Aluno do 8ºA da Escola Conde	Entre 30 a 45 minutos	Dia 11 de Dezembro de

<sup>4</sup> Ver anexos 7.3., 7.4. e 7.5.

consultados, representam 2% do total de alunos participantes no programa no concelho de Oeiras)		de Oeiras		2012
	Entrevista	Aluno do 8ºB da Escola Conde de Oeiras	Entre 30 a 45 minutos	Dia 4 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Aluno do 8ºD da Escola Conde de Oeiras	Entre 30 a 45 minutos	Dia 5 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Aluno do 8ºC do Agrupamento de Escolas de S. Julião da Barra	Entre 30 a 45 minutos	Dia 11 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Aluno do 8ºD do Agrupamento de Escolas de S. Julião da Barra	Entre 30 a 45 minutos	Dia 3 de Dezembro de 2012
	Entrevista	Aluno do 8ºC da Escola Dr. Joaquim de Barros	Entre 30 a 45 minutos	Dia 7 de Dezembro de 2012
Famílias  (97 familiares consultados, representam 37% do total de familiares participantes no programa no concelho de Oeiras) <sup>5</sup>	Inquéritos	Foram enviados 200 inquéritos aos diferentes encarregados de educação, dos quais se obtiveram 97 respostas (47% do planeado)	Entre 10 a 15 minutos	Enviados no dia 12 de Dezembro de 2012 e recebidos no dia 11 de Janeiro de 2013

**Quadro 3**

<sup>5</sup> Assumindo que cada aluno participante no programa no concelho de Oeiras (264 no total) tem um encarregado de educação.

## 2. Teoria da Mudança Social

### 2.1. O problema

Segundo os estudos mais recentes da Organização Mundial de Saúde, uma em cada três crianças tem excesso de peso ou obesidade infantil. De acordo com a Comissão Europeia, Portugal está entre os países europeus com maior número de crianças afetadas por esta epidemia: 29% das crianças portuguesas entre 2 e 5 anos têm excesso de peso e 12,5% são obesas. Na faixa etária dos 6 aos 8 anos, a prevalência do excesso de peso é de 32% e a da obesidade é de 13,9%. Uma criança obesa está em risco de vir a sofrer de sérios problemas de saúde durante a sua adolescência e na idade adulta. Tem maior probabilidade de desenvolver doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, asma, doenças do fígado, apneia do sono e vários tipos de cancro. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a obesidade é a segunda principal causa de morte no mundo que se pode prevenir, a seguir ao tabaco.<sup>6</sup>

A Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil apresenta como preocupantes e graves os problemas sociais que as crianças obesas enfrentam, como a discriminação e o *bullying*, que conduz a baixa do rendimento escolar e a quebra na autoestima, que depois leva a situações de depressão e outras doenças do foro psicológico.

Um estudo da OCDE, de 2009, revelava que 11% dos jovens portugueses, de 15 anos, fumava duas vezes por semana, colocando esse mesmo estudo Portugal no sexto lugar entre 30 países liderados pela Suécia. Atualmente morrem em Portugal cerca de 12.000 pessoas, anualmente, devido ao tabaco.

Um estudo de 2011 da OEDT, a Agência Europeia de Informação sobre a Droga, diz que o consumo de álcool e drogas entre os jovens tem aumentado, sendo especialmente grave nas cidades de Lisboa, Funchal e Coimbra. Sobre o efeito de drogas e álcool aumentam também os comportamentos de risco dos jovens, nomeadamente de teor sexual.

Em 2011, foi realizado o Inquérito Nacional em Meio Escolar sobre Consumo de Drogas e outras Substâncias Psicoativas, ao 3º ciclo, pelo Governo português, através do Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências, com a colaboração do Ministério de Educação e das escolas de todo o país. Com uma amostra de 33.000 alunos, 10% dos alunos inscritos nesse ciclo, as conclusões desse estudo mostram que, nos últimos 5 anos, houve aumento das percentagens de consumidores de bebidas alcoólicas, acompanhado no entanto, pela descida da prevalência da embriaguez. Também aumentaram as percentagens de consumidores de tabaco e, em menor grau, as de cannabis, tendo-se mantido (com tendência para descida) as prevalências das “outras drogas”.

Os dados revelados pelo Sistema Europeu de Vigilância Nutricional Infantil da Organização Mundial de Saúde indicam que mais de 90% das crianças portuguesas come *fast-food*, doces e bebe refrigerantes, pelo menos quatro vezes por semana. Menos de 1% das crianças bebe água todos os dias e só 2% consome fruta fresca diariamente. Quase 60% das crianças vão para a escola de carro e apenas 40% participam em atividades extracurriculares que envolvam atividade física.

---

<sup>6</sup> Dados da Associação Portuguesa Contra a Obesidade Infantil, <http://www.apcoi.pt/>

Num estudo realizado sobre os comportamentos de saúde realizado em 2010 pela Universidade Técnica de Lisboa e pelo Centro de Malária e Doenças Tropicais, a pedido da OMS, conclui-se que os jovens portugueses diminuem os seus comportamentos de risco quando sujeitos a uma educação para a saúde na escola. O mesmo estudo concluiu que os jovens entre os 11 e os 16 anos estão a ter mais cuidado com a sua saúde e menos comportamentos de risco, muito devido à evolução da educação para a saúde nas escolas.

Vários estudos evidenciam que os modelos mais eficazes para prevenir o tabagismo nos jovens são os que aumentam a sua consciência dos processos de influência social (as normas sociais, a pressão do grupo e a promoção dos produtos ou das marcas), promovendo-se a sua competência para resistir ou gerir essas influências, através de métodos de aprendizagem ativa e interativa e do desenvolvimento de mecanismos de resolução de problemas. Está, também, demonstrado que os programas implementados em meio escolar e com a participação dos professores são os que produzem os melhores resultados (Ministério da Saúde, 2005). A escola é um local privilegiado organizado para a aprendizagem e crescimento, onde os alunos passam grande parte do seu tempo e no qual confluem os jovens, bem como as suas famílias e grande parte das comunidades.

Quando se analisa a programação escolar portuguesa, conclui-se que esta não contém matéria sobre capacitação para a tomada de decisões, resistência à pressão de pares, ou competências de gestão emocional. Os jovens não são capacitados para desenvolver competências interpessoais que lhes permitissem lidar com os riscos associados a determinados comportamentos, nomeadamente de consumo de substâncias aditivas e relações sexuais desprotegidas. De igual modo os professores não dispõem de qualquer documentação auxiliar ao leccionamento das aulas que cubra estas matérias.

## **2.2. A Solução - Programa “EU PASSO...”**

### **a. Enquadramento**

O Programa “EU PASSO...” surgiu como Experiência Piloto no Concelho de Cascais no Ano letivo 2008/2009. “EU PASSO...” é um Programa de Promoção de Hábitos de Vida Saudáveis que engloba na sua conceção um processo gradual de intervenção ao longo de dois anos de aplicação no 5.º e 6.º ano do 2.º Ciclo do Ensino Básico. do 2.º Ciclo do Ensino Básico. Tinha como grupo estratégico de intervenção, os professores do 5.º e 6.º ano do 2.º Ciclo do Ensino Básico.

A partir da intervenção educativa no 5.º ano, em que se promovem competências psicossociais (ex. autocontrolo, autoestima, gestão emocional) e hábitos de vida saudáveis (alimentação, saúde, exercício físico, de cuidado do corpo, etc.), é desenvolvida a nível do 6.º ano, uma intervenção mais específica, abordando a Gestão Emocional, a Tomada de Decisão, a Adolescência e a Pressão dos Pares, a Educação Sexual e a Prevenção do Consumo do Tabaco, para tentar reduzir a percentagem de jovens que experimentam e consomem regularmente, assim como a idade de início de experimentação desta substância. O programa pretende uma intervenção na altura em que as possibilidades de serem desenvolvidas atitudes e comportamentos relacionados com a procura de novas sensações são maiores, para além da pressão dos pares e da adaptação a este novo meio escolar são fatores fundamentais, ligados à instauração de novos comportamentos e atitudes favoráveis ou não ao consumo de drogas.

## **b. Objetivos**

O objetivo geral do programa é a promoção de competências psicossociais e a promoção de hábitos de vida saudáveis para reduzir a probabilidade do desenvolvimento de comportamentos de risco.

São objetivos específicos do Programa:

- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Promover competências psicossociais como o autocontrolo, o autoconceito, a autoestima e capacidade de Gestão Emocional, de forma a promover o ajustamento psicológico nos jovens e facilitar a adaptação ao 2.º Ciclo;
- Facultar instrumentos e metodologias que permitam aos docentes trabalhar os temas da Adolescência e da Sexualidade;
- Estimular competências de planeamento para o futuro, através do treino de resolução de problemas/processo de tomada de decisão;
- Esclarecer os mitos e realidades sobre o consumo de tabaco, apresentando os benefícios de não fumar e promovendo atividades alternativas/motivações para não fumar.
- Facilitar a articulação escola/família no âmbito da promoção de hábitos de vida saudáveis e das competências psicossociais.

## **c. Metodologia e temas**

Em termos da sua implementação, o programa assume uma modalidade de intervenção mista, na qual os técnicos da Associação Prevenir, implementam diretamente na sala de aula, com a presença dos docentes (que também participam e colaboram), um conjunto de sessões técnicas que permitem fazer de ponte e são o ponto de partida para o trabalho (sessões do professor) que há-de ser desenvolvido pelos professores em conjunto com os alunos ao longo do ano letivo.

<b>TEMAS</b>
Hábitos de Vida Saudáveis
Componentes da saúde
Autocontrolo e Disciplina
Autoconceito e Auto-estima
Gestão Emocional
Competências Sociais
Tomada de Decisão
Adolescência e Resistência à Pressão dos Pares
Educação Sexual
Prevenção do consumo de Tabaco e Álcool

**Quadro 4**

Após a sessão dos técnicos, são deixados com o professor algumas propostas de materiais e atividades para desenvolver durante esse mês. O professor recebe uns módulos de apoio/ suporte teórico com atividades sugeridas, assim como os materiais necessários para desenvolver as atividades propostas. Dessa forma, o professor organiza o trabalho a desenvolver consoante as suas necessidades e realiza a sua própria gestão de tempo.

Durante a visita à escola (após 15 dias da sessão presencial) o técnico da Associação Prevenir reserva um momento para esclarecer dúvidas dos docentes, se existirem, fazer o ponto da situação do programa e falar sobre o módulo em questão (dar sugestões para a realização das atividades, debater ideias e rever alguns aspetos teóricos de relevo).

A formação é um dos aspetos fundamentais, pois trata-se de um programa que é desenvolvido pelos agentes educativos, nomeadamente os professores em conjunto com os jovens. Esta formação é acreditada / creditada pelo Conselho Científico - Pedagógico de Braga e para além de facultar a base teórica, abordando os referenciais teóricos subjacentes às variáveis trabalhadas em cada ano letivo, permite também fornecer uma componente prática, proporcionando espaços de aprendizagem de metodologias, que permitam trabalhar as variáveis com os jovens.

Desta forma, esta formação pretende:

- Permitir a aprendizagem dos conceitos teóricos subjacentes às temáticas trabalhadas no programa para lhes dar uma maior autonomia e segurança, nomeadamente na hora de enfrentar situações relacionadas com o consumo de tabaco e álcool;
- Proporcionar o treino e a aprendizagem de estratégias e recursos práticos essenciais quer para a aplicação do programa quer para o desenvolvimento do próprio grupo;
- Motivar os professores para a implementação do programa;
- Criar momentos de partilha de experiências;
- Promover hábitos de vida saudáveis no próprio grupo estratégico;
- Proporcionar estratégias para envolver as famílias no programa.

#### **d. Monitorização e avaliação de resultados**

Como a maior parte do programa é implementado pelos professores, os momentos de acompanhamento no terreno por parte do técnico são fundamentais. Estes momentos de acompanhamento/seguimento do programa inserem-se na avaliação do processo e têm como principais objetivos supervisionar e apoiar os professores na realização das atividades com o grupo, esclarecer as dúvidas que possam surgir no decorrer do ano letivo e fornecer-lhes informação teórica e prática, que possa ser útil para implementar o projeto e envolver os jovens na aplicação. São utilizadas grelhas de acompanhamento para recolher informação relacionada com a adaptação ao currículo, estratégias e metodologias utilizadas, materiais desenvolvidos, estratégias para envolver encarregados de educação, dificuldades, e feedback dos alunos

Para medir o efeito do Programa, na avaliação dos resultados, são aplicados vários instrumentos aos alunos e professores, em dois momentos de avaliação (Pré e Pós-teste)<sup>7</sup>. Estes instrumentos foram desenvolvidos em conjunto com a Faculdade de Psicologia e Ciências de Educação de Lisboa

---

<sup>7</sup> Ver anexos 7.10, 7.11, 7.12.



Os resultados principais do Programa são depois compilados em relatórios produzidos no final de cada ano letivo.

#### **e. Programa em avaliação (de impacto)**

Depois de uma experiência bem-sucedida e uma avaliação do programa piloto, o Programa foi implementado novamente no ano letivo seguinte – 2009/2010, no concelho de Cascais, em 3 escolas de 3 freguesias distintas, tendo como beneficiários 280 alunos.

Em 2011, a Associação Prevenir decide alargar o âmbito de intervenção do programa a mais Concelhos (além de Cascais, a Oeiras, Sintra e Lisboa), por inerência a mais escolas e alunos (1062) e aos 7º anos de escolaridade, tendo para isso conseguido o apoio da Fundação EDP via EDP Solidária e da Sumol+Compal, e das Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia de Oeiras, Sintra, Benfica e Cascais como parceiros institucionais e estratégicos.

A construção do Programa tinha como premissa a intervenção junto dos 5º e 6º ano de escolaridade. A escolha da faixa não era por acaso, uma vez que os jovens do 5.º ano estão sujeitos a uma mudança importante (novas escolas, novo grupo de amigos, novo ciclo de educação, etc.) e a investigação tem demonstrado como as etapas de mudança são as mais propícias para o início de consumos<sup>8</sup>. Pretendia-se testar a metodologia neste novo grupo etário – 7º ano - e verificar as adaptações necessárias aos materiais, simultaneamente escalar o programa para mais concelhos, chegando a 1062 alunos.

Um ponto crucial de qualquer Programa do teor do “EU PASSO” é definir a mudança social pretendida pelo Programa. A Associação Prevenir tinha uma Missão clara para o programa: Promover as competências psicossociais e promoção dos hábitos de vida saudáveis junto dos jovens. Esta missão tinha sido construída a partir da identificação de problemas vários que levavam a comportamentos de risco e hábitos de vida pouco saudáveis, muitos deles enraizados em processos de tomada de decisão, problemas de maturidade emocional, e outros fatores não cobertos pelas matérias escolares.

Para chegar a esses alunos queriam soluções douradoras, pelo que optaram por um processo de capacitação dos professores, pois estes seriam os agentes multiplicadores da metodologia, e por sessões diretas com esses mesmos alunos. As famílias seriam envolvidas via compromisso firmado em forma escrita.

Os impactos principais esperados eram um aumento do conhecimento e das competências dos professores sobre as temáticas ministradas, diminuição dos comportamentos de risco dos alunos e aumento dos hábitos de vida saudáveis e envolvimento dos pais.

Em relação aos atores-chave foi considerado que o programa teria um impacto maior sobre os professores, alunos, e famílias dos alunos.

---

<sup>8</sup> Becoña Iglesias. E. (2001). Bases Teóricas que sustentan los Programas de Prevención de Drogas. Madrid: Plan Nacional de Drogas.

Relativamente aos professores foram identificados os seguintes impactos esperados:

- Aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança (fora e dentro do programa)
- Aumento de conhecimento em relação às temáticas lecionadas

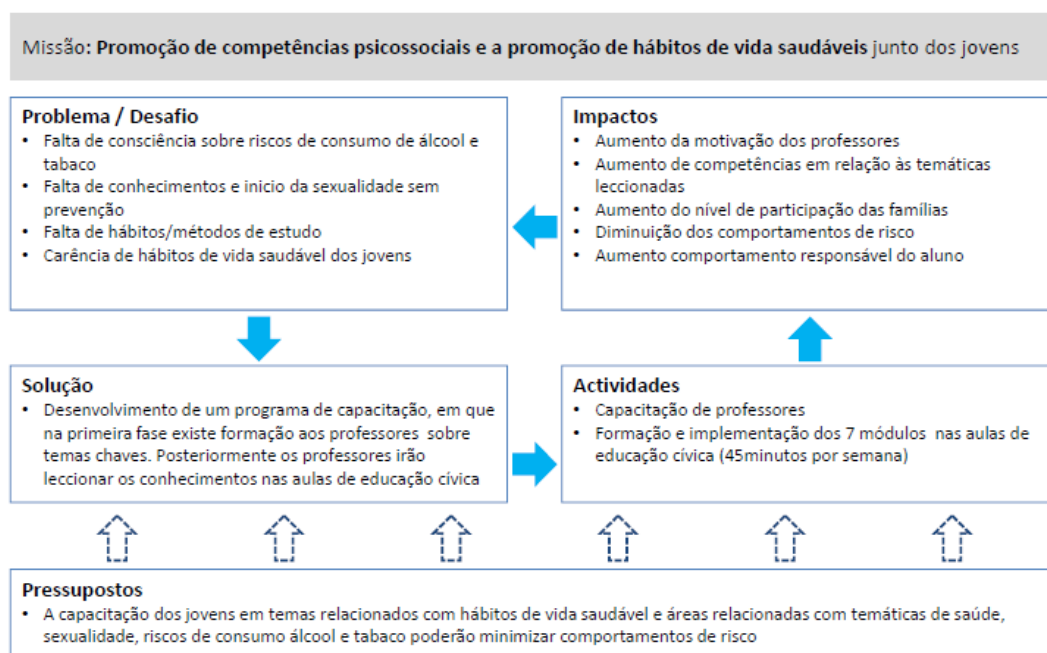
Quanto aos alunos, os impactos esperados identificados foram os seguintes:

- Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas
- Diminuição dos comportamentos de risco
- Compromisso do compromisso dos alunos sobre os objetivos do programa

Os impactos identificados em relação às famílias dos alunos foram os seguintes:

- Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas
- Maior envolvimento das famílias como promotores de comportamentos saudáveis nos alunos

Foi assim construída uma Teoria da Mudança Social, que pode ser sintetizada como está expresso no Gráfico 2:



**Gráfico 2**

### **3. A Teoria da Mudança dos Atores-chave**

#### **3.1. Professores**

##### **a. O problema**

Os professores desempenham um papel crucial na formação dos jovens, sendo um dos principais agentes de mudança de comportamento e modelamento de pensamento e ação desses jovens. Além de uma posição privilegiada enquanto formadores, os professores passam extensos períodos diários com os jovens, desenvolvendo relações de empatia, que vão além da transmissão/ apreensão de conhecimentos.

Todavia, os professores do 2º e 3º ciclo lidam com vários problemas que os impedem de ter a intervenção ativa que muitos gostariam de preconizar, nomeadamente em termos de construção de hábitos de vida saudáveis dos seus alunos, e diminuição dos seus comportamentos de risco. Os desafios são:

- Falta de tempo para desenvolver matérias não curriculares nas suas disciplinas, devido a currículos vastos de matéria para lecionar em cada ano letivo, sendo essa matéria de ensino obrigatória;
- Falta de tempo para preparação de materiais próprios para lecionar matérias não curriculares;
- Insuficiente conhecimento heterogéneo sobre as temáticas do Programa “Eu Passo”, uma vez que no contexto da sua formação de base no ensino superior, não receberam formação sobre matérias transversais como a gestão emocional e pressão de pares;
- Inexistência de materiais escolares disponíveis para abordar temas como autocontrolo, autoestima, gestão emocional, competências sociais, pressão de pares e tomada de decisão,
- Insuficiente capacitação dos professores como agentes de mudança, promovendo hábitos de vida saudáveis entre os seus alunos e prevenindo comportamentos de risco.

##### **b. A solução**

Face aos problemas identificados, a Associação Prevenir, desenvolveu o Programa “Eu Passo”, com uma componente de formação de professores ligada à prevenção dos comportamentos de risco e promoção dos hábitos de vida saudáveis dos seus alunos, dando-lhes ferramentas pedagógicas, para motivá-los a serem agentes de mudança, junto desses mesmos alunos.

Em relação a todos os Concelhos foram realizadas 28 sessões de formação, cada uma com uma duração média de 3h30m, tendo participado 58 professores, de 39 turmas de 14 escolas. No Concelho de Oeiras foram realizadas 7 sessões de formação no ano letivo 2011/2012, cada uma com uma duração média de 3h30m, em que participaram 18 professores, de 11 turmas, de 3 escolas.

O impacto esperado destas ações era um conhecimento mais aprofundado das temáticas abordadas no Programa “Eu Passo” pelos professores, de modo a que se sintam mais comprometidos como agentes de mudança e assim ajudem os jovens a prevenir comportamentos de risco e a ter hábitos de vida saudáveis, que se reflitam numa maior resiliência.

Relativamente aos professores foram identificados os seguintes impactos esperados:

- Aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança (fora e dentro do programa)
- Aumento de conhecimento em relação às temáticas lecionadas

Para avaliar e monitorizar estes impactos foram identificados os seguintes indicadores:

Outcomes	Cód.	Indicadores de Outcome
Aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança (fora/dentro do programa)	A1	Taxa de Cumprimento dos planos pelos professores
	A2	% de feedback previsto que os professores devem reportar à Prevenir
	A3	Nível de qualidade do feedback reportado dos professores à Prevenir
	A4	% Professores que queiram frequentar a formação e não tiveram vaga
	A5	# Professores/diretores que envolvem pares ou outros agentes da escola
	A6	% de professores que elaboram materiais próprios para acrescentar valor ao programa
	A7	% professores que utilizam metodologias participativas para implementação do programa
	A8	Grau de satisfação dos professores com a formação e metodologia aplicada
	A9	Nível de perceção dos professores sobre o grau de importância de ensinar questões definidas no programa
	A10	% de professores que querem continuar a utilizar as metodologias

Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas	B2	Nível de conhecimento dos conceitos lecionados pelos professores (análise pré vs pós programa)
---	----	--

### Quadro 5

Na construção dos indicadores foi considerado que o nível de compromisso dos professores como agentes de mudança se media pela:

- Regularidade da sua participação no programa (indicadores A1, A2, A3, A6, A7, A 8 e A9);
- Capacidade de “contágio” do meio envolvente, nomeadamente implementação do programa por outros agentes da escola, e interesse pela entrada no programa por professores que não tiveram vaga (indicadores A4 e A5).

O indicador B2 foi utilizado para aferir o nível de conhecimento desenvolvido pelos professores sobre as temáticas lecionadas, nomeadamente via aplicação e reaplicação de inquéritos, antes e depois de ser ministrada formação como parte integrante do Programa “Eu Passo”.

### **Aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança**

Segundo os dados facultados pela Associação Prevenir é possível afirmar que as atividades realizadas no âmbito do Programa “Eu Passo...” resultaram num aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança, dentro e fora do programa. Os objetivos definidos pela Prevenir para o ano letivo 2011/2012 foram cumpridos em relação a este *outcome*, tendo em alguns dos indicadores associados, sido mesmo superados por uma margem significativa.

O aumento do compromisso dos professores como agentes de mudança, fora e dentro do programa, foi verificado em grande parte pelo ultrapassar dos objetivos do Programa para o ano letivo. O feedback dos professores à Prevenir ultrapassou em 52% o previsto, o número de professores que envolveram outros agentes no Programa, 44% e o número de professores que elaborou materiais próprios<sup>9</sup> para o leccionamento do Programa excedeu em 58%. Este entusiasmo e motivação dos professores traduziu-se em 100% dos professores a quererem continuar a utilizar as metodologias lecionadas no programa, tendo sido previsto que apenas 75% o fariam.

Analisando os restantes indicadores quantitativos individualmente, verificamos um cumprimento total dos objetivos. A taxa de cumprimento dos planos pelos professores foi 7%

<sup>9</sup> A maioria dos professores, em contexto de entrevista, indicaram proceder mais a uma adaptação de materiais do que a uma elaboração dos mesmos, embora uma professora tenha mencionado a elaboração.

superior ao desejado. A percentagem de professores que utilizaram metodologias participativas nas aulas foi de 100%. Houve até 9 professores que tentaram aceder ao programa mas não tiveram vaga.

Importa aqui explicar que o número de vagas do programa está diretamente ligado ao financiamento e creditação do mesmo, sendo que o número de professores e sessões é determinado previamente pela capacidade de recursos alocados ao programa pelos financiadores, tendo um número mínimo de sete professores para poder ser creditado em termos de formação.

Em relação aos indicadores qualitativos, os objetivos foram igualmente cumpridos. Nomeadamente verificou-se uma satisfação dos professores com a formação e metodologia aplicada bem como na perceção dos professores sobre a importância de lecionar os temas definidos no programa. Em relação à qualidade de feedback reportado pelos professores à Prevenir esta manteve-se igual ao esperado (relevante).

Cód.	Indicadores de Outcome	Objetivos 2012	Acumulado 2012
A1	Taxa de Cumprimento dos planos pelos professores	90%	96%
A2	% de feedback previsto que os professores devem reportar à Prevenir	100%	152%
A3	Nível de qualidade do feedback reportado dos professores à Prevenir	1	1
A4	% Professores que queiram frequentar a formação e não tiveram vaga	0	9
A5	# Professores/diretores que envolvem pares ou outros agentes da escola	9	13
A6	% de professores que elaboram materiais próprios para acrescentar valor ao programa	50%	79%
A7	% professores que utilizam metodologias participativas para implementação do programa	100%	100%
A8	Grau de satisfação dos professores com a formação e metodologia aplicada	4	5
A9	Nível de perceção dos professores sobre o grau de importância de ensinar questões definidas no programa	3	4
A10	% de professores que querem continuar a utilizar as metodologias	80%	100%

#### Quadro 6

O aumento de compromisso dos professores como agentes de mudança ficou confirmado através das entrevistas individuais e do *focus group* realizado.

Relativamente à importância dada pelos professores ao leccionamento dos temas inseridos no “Eu Passo...”, todas as entrevistadas estiveram de acordo que estes são temas de elevada importância para os alunos, nomeadamente porque estão muito bem adaptados à realidade escolar e são muito pertinentes nesta faixa etária. Quando questionadas sobre quais os temas mais importantes de lecionar aos alunos, todos os professores referiram a sexualidade como um dos mais importantes referindo que é um tema muito pertinente nesta faixa etária já que os alunos se encontram em mudanças constantes devido à puberdade e muitos deles sentem-se inibidos de esclarecer dúvidas ou procurar informação juntos dos pais. Além da sexualidade, foram também referidos como importantes, os temas da gestão emocional (autoestima) e da resistência à pressão de pares por serem, uma vez mais, temas extremamente pertinentes nesta fase da vida e por não serem matérias cobertas por manuais escolares.

Quanto à satisfação dos professores com a formação e as metodologias utilizadas pela Associação Prevenir, todas referiram a excelência dos materiais justificando que “são muito didáticos e permitem captar a atenção dos alunos durante as aulas”<sup>10</sup>. Adicionalmente as entrevistadas demonstraram-se muito satisfeitas com o grau de colaboração entre a Prevenir e os professores referindo que as técnicas da Prevenir demonstraram sempre muita disponibilidade. Não obstante o feedback positivo, um dos professores referiu que a colaboração poderia ser melhorada caso existisse uma participação mais ativa dos familiares dos alunos no Programa, nomeadamente através da participação dos encarregados de educação nas sessões de formação aos professores.

Em relação à elaboração de materiais suplementares, as entrevistadas afirmam terem-no feito, justificando essa adaptação pelo facto de ser necessário adaptar os materiais às necessidades da turma e às restrições temporais nomeadamente porque “há temas que exigem mais tempo e onde os alunos têm mais dúvidas”<sup>11</sup> ou porque “não há tempo suficiente para desenvolver as atividades todas nas aulas”<sup>1213</sup>.

Quanto ao envolvimento de outros pares no programa, o feedback foi positivo relativamente a outros professores ou docentes da escola e menos positivo em relação aos encarregados de educação. No primeiro caso, as entrevistadas afirmaram que muitos professores estão envolvidos no Programa, uns de forma mais ativa através da participação nas atividades e outros de forma menos ativa, tendo apenas acesso aos materiais do Programa. No caso dos professores e familiares que se envolveram no Programa, os professores afirmaram que a reação destes tem sido bastante positiva, demonstrando muito interesse em saber mais sobre os temas e as metodologias.

Durante o curso do programa houve alterações em termos de conjuntura sociopolítica, relevantes para a implementação do programa, nomeadamente com as alterações de duração

---

<sup>10</sup> Realizada no dia 7 de Dezembro de 2012 com a professora do 8ºC da Escola Dr. Joaquim de Barros

<sup>11</sup> Entrevista realizada no dia 4 de Dezembro de 2012, à professora do 8ºA da Escola Conde de Oeiras

<sup>12</sup> Entrevista realizada no dia 3 de Dezembro de 2012, à professora do 8ºD do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra

<sup>13</sup> Aqui é importante referir que no decurso da aplicação do Programa houve uma alteração formal da duração da aula de Educação Cívica de 90 minutos para 45 minutos, por determinação do Ministério da Educação.

e características das aulas de formação cívica. Estas aulas foram diminuídas em duração, de uma hora e meia para 45 minutos, implicando um ajuste nos materiais, todos preparados para a duração anterior. Como esta alteração foi feita no decurso do Programa, obrigou a que a adaptação tivesse de ser realizada também pelos próprios professores que, muito embora percebessem que a organização não pudesse prever esta situação, apontaram essa adaptação como um fator negativo. Importa salientar que a Associação Prevenir, ciente das necessidades de adaptação dos materiais fê-lo no decurso do programa, não tendo podido, no entanto, no decurso do ano letivo editar novos manuais.

### **Aumento de conhecimento em relação às temáticas lecionadas**

Não foi possível, no decurso da avaliação de impacto medir este indicador, já que a implementação do programa (já em curso no momento do começo da avaliação) impediu esse aferimento. Porém, é preciso salientar que a Associação Prevenir aplicou o seu pré-teste concebido para o efeito e tem por isso informação qualitativa sobre o mesmo.

Nas entrevistas feitas às professoras, dois professores classificaram a evolução dos seus conhecimentos ao longo do Programa com o valor 4 (numa escala de 1- Aprendi Pouco a 5 - Aprendi Muito) enquanto a outra professora afirmou que não existiu qualquer tipo de alteração em relação ao seu conhecimento nestas temáticas. Neste último caso, a professora justificou a sua resposta dizendo que como psicóloga já estava familiarizada com todos os temas e com muitas das metodologias utilizadas, contudo ficou a conhecer algumas novas metodologias de ensino.

A maioria dos professores expressa um aumento de conhecimento metodológico em vez de temático, e com base nas respostas obtidas em entrevistas e questionários foi, notório que tinha havido um aumento do conhecimento das metodologias, pelo que talvez fosse de equacionar rever este indicador para “Aumento de conhecimento de metodologias para lecionar as temáticas chave identificadas”.

## **3.2. Alunos**

### **c. O problema**

Tal como descrito na Seção “Teoria da Mudança Social”, os jovens portugueses evidenciam comportamentos de risco (como o uso do tabaco, drogas e álcool) e têm hábitos de vida pouco saudáveis (sedentarismo e consumo de comidas inadequadas).

A programação escolar portuguesa, embora refira alguns aspetos de educação para a saúde, é ausente em matéria de capacitação para a tomada de decisões, resistência à pressão de pares, ou competências de gestão emocional.



#### d. A solução

No âmbito do Programa “Eu Passo” foram identificadas 11 turmas, em 3 escolas do Concelho de Oeiras, perfazendo um total de 264 alunos. O programa, em todos os concelhos (Lisboa, Oeiras, Cascais e Sintra), foi aplicado a 1062 alunos. Foram realizadas 30 sessões, em cada concelho, com os alunos, com a duração de 45 minutos cada, em que foram desenvolvidas atividades dos manuais da Prevenir, relativos às temáticas do Programa.

O impacto esperado destas ações era um conhecimento mais aprofundado das temáticas abordadas no Programa “Eu Passo”, de modo a que os alunos pudessem diminuir os seus comportamentos de risco e ter hábitos de vida saudáveis.

Quanto aos alunos, os impactos esperados identificados foram os seguintes:

- Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas
- Diminuição dos comportamentos de risco
- Compromisso dos alunos sobre os objetivos do programa

Com vista a monitorizar os impactos acima foram identificados os seguintes indicadores:

Outcomes	Cód.	Indicadores de Outcome
Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas	B1	Nível de conhecimento dos conceitos lecionados aos alunos (análise pré vs pós programa)
Diminuição dos comportamentos de risco	D1	Nível de cumprimento dos objetivos/metasp dos alunos
	D1a	Segmento Social
	D1b	Segmento Higiene
	D1c	Segmento Desporto
	D1d	Segmento Alimentação
	D1e	Segmento Estudo

Aumento do compromisso dos alunos sobre os objetivos do programa	E1	Nível de cumprimento dos trabalhos de casa fora do âmbito escolar
	E2	Nível de interação e participação durante as sessões
	E3	Grau de relevância que os alunos atribuem às matérias lecionadas

**Quadro 6**

O nível de conhecimento dos alunos sobre a temática foi aferido pela aplicação pré e pós Programa de um questionário sobre as temáticas lecionadas (indicador B1).

A diminuição de comportamentos de risco pelos alunos foi comprovada pelos indicadores D1, D1a, D1b, D1c, D1d e D1e, tendo sido verificado o grau de cumprimento das metas estipuladas nos vários segmentos identificados (social, higiene, desporto, alimentação e estudo).

O aumento do compromisso dos alunos sobre o programa foi comprovado pelo nível de relevância que estes atribuíram às matérias, o seu cumprimento dos trabalhos a realizar no âmbito do Programa e a sua interação e participação durante as sessões do Programa (indicadores E1, E2 e E3).

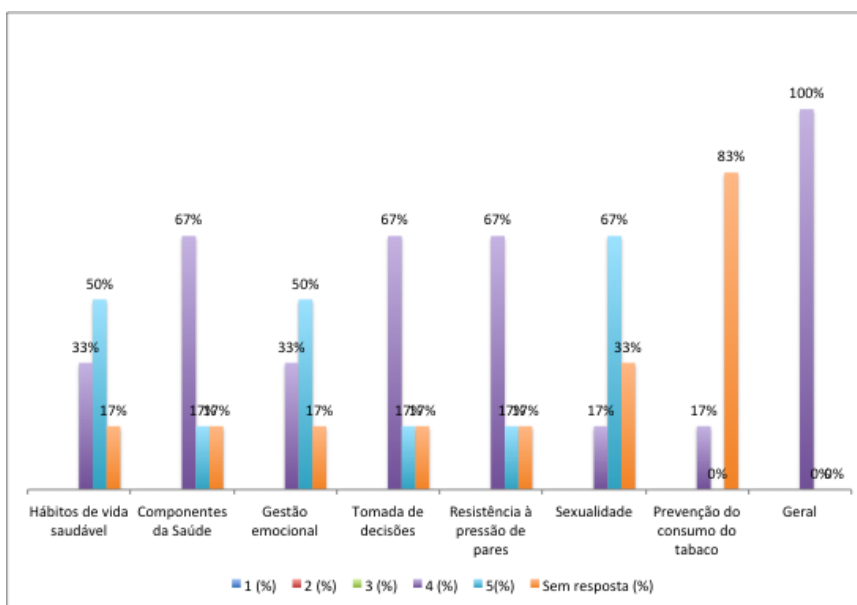
### **Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas**

Tal como com os professores, no decurso da avaliação de impacto medir este indicador, já que a implementação do programa (já em curso no momento do começo da avaliação) impediu esse aferimento. Porém, é preciso salientar que a Associação Prevenir aplicou o seu pré-teste concebido para o efeito e tem por isso informação qualitativa sobre o mesmo.

No entanto, de acordo com as entrevistas feitas aos alunos e aos professores é possível assumir que existiu um aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas como consequência do Programa “Eu Passo...”. Quando questionados sobre a evolução dos seus conhecimentos, desde o início do programa, 100% dos alunos entrevistados autoavaliaram a sua aprendizagem em 4 valores (numa escala de 1- Aprendi Pouco a 5 - Aprendi Muito).

Esta avaliação corrobora a avaliação dos professores sobre as matérias que foram mais úteis, uma vez que tal como os alunos, identificaram a questão da sexualidade como sendo a que mais interessa aos alunos. Uma vez que 67% dos alunos responderam com 5 sobre esta

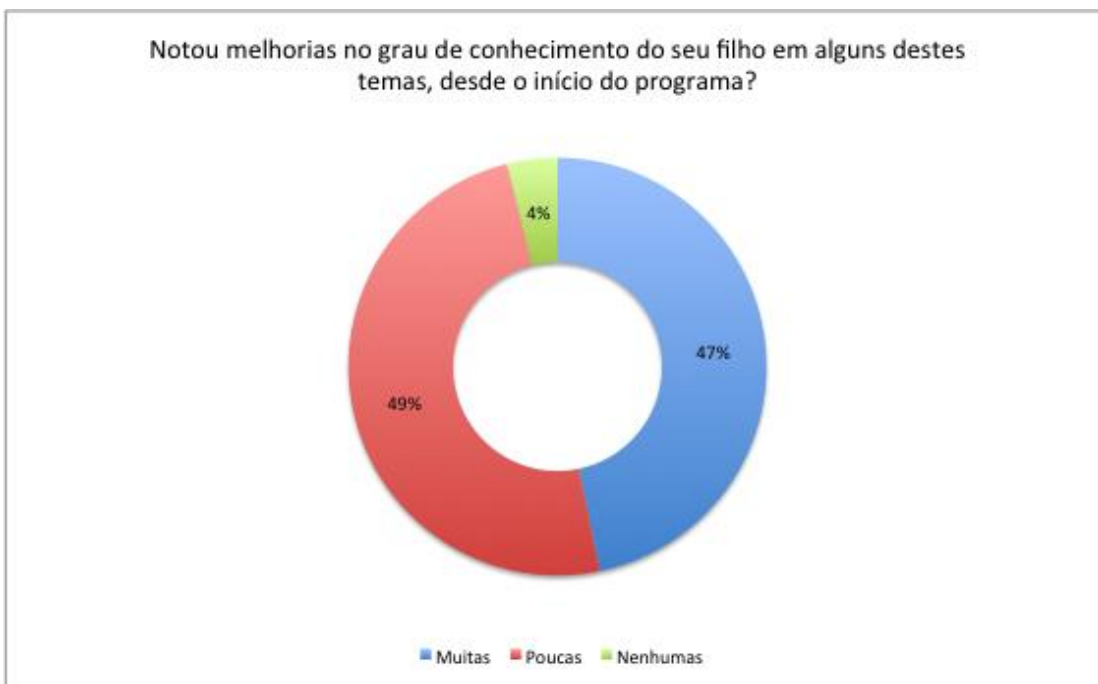
temática, há sintonia entre a afirmação de ambos os grupos. As componentes de gestão emocional e vida saudável são os mais valorizados, a seguir à sexualidade.



**Gráfico 3**

Estes dados foram confirmados nas entrevistas e *focus group*<sup>14</sup> onde apesar das dificuldades para avaliar a turma como um todo, devido aos diferentes graus de maturidade dos alunos, a maioria afirmou que os alunos têm vindo a aprender muito sobre estes temas. Já no caso das famílias as opiniões dividiram-se, como se pode ver abaixo.

<sup>14</sup> Realizado no dia 4 de Dezembro de 2012, com a participação de 15 professores



**Gráfico 4**

A dicotomia das respostas poderá ser explicada pela subjetividade da relação entre os encarregados de educação e os alunos, e também pela dificuldade de identificação do grau de conhecimento pré e pós programa.

Quando questionados sobre qual a temática onde aprenderam mais as opiniões dividiram-se por 3 temas. Os hábitos de vida saudável foi o tema apontado pelos alunos como aquele em que aprenderam mais, seguido da sexualidade e gestão emocional. Relativamente ao primeiro tema os entrevistados justificaram a sua escolha afirmando que as aulas tinham sido as melhores e que embora já tivessem noção dos assuntos abordados, as aulas foram importantes para que começassem a praticar esses hábitos:

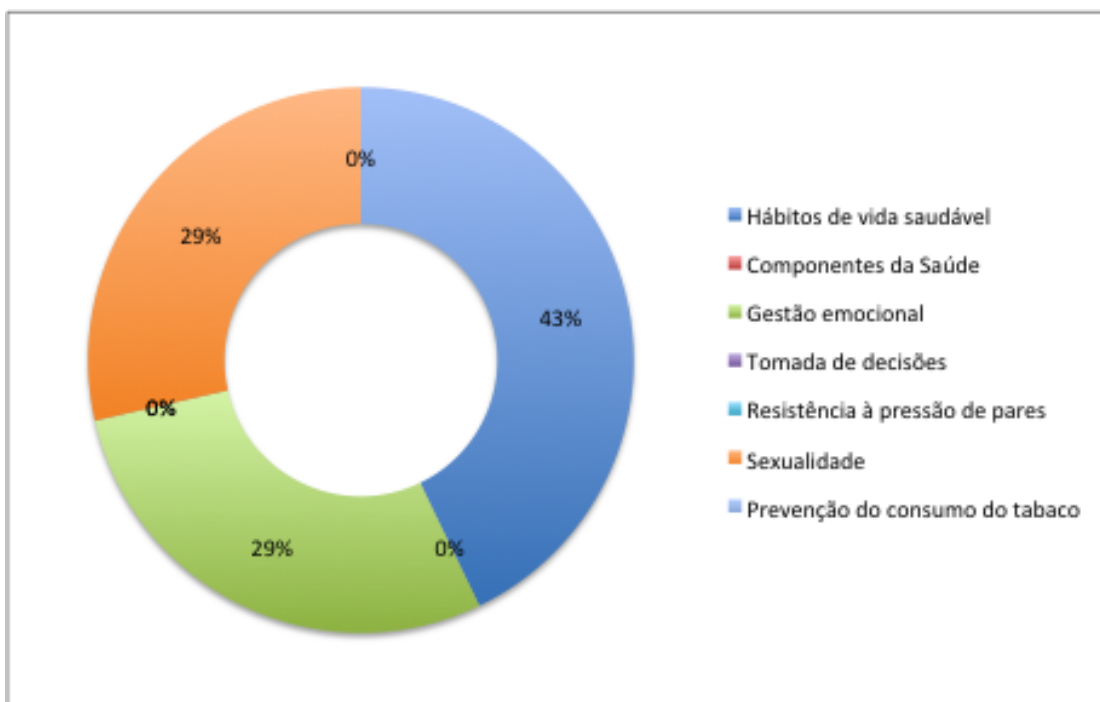
- ("Já conhecia muita coisa mas com as aulas fiquei a conhecer melhor as coisas na prática"<sup>15</sup>;

- "Algumas coisas já tinha noção mas pensava que a sexualidade era uma coisa e afinal é outra completamente diferente."<sup>16</sup>).

Quanto à sexualidade, os alunos afirmaram que era o tema onde sentiam mais dúvidas e as aulas permitiram-lhes esclarecer muitas dessas dúvidas.

<sup>15</sup> Entrevista realizada no dia 5 de Dezembro de 2012 a um aluno do 8ºD da Escola Conde de Oeiras

<sup>16</sup> Entrevista realizada no dia 4 de Dezembro de 2012 a um aluna do 8ªB da Escola Conde de Oeiras



**Gráfico 5**

Estas respostas foram corroboradas nas entrevistas<sup>17</sup> feitas aos professores onde estes identificaram o tema da sexualidade, do desporto, da autoestima e respeito como aqueles onde tinham notado uma maior evolução de aprendizagem por parte dos alunos.

### **Diminuição dos comportamentos de risco**

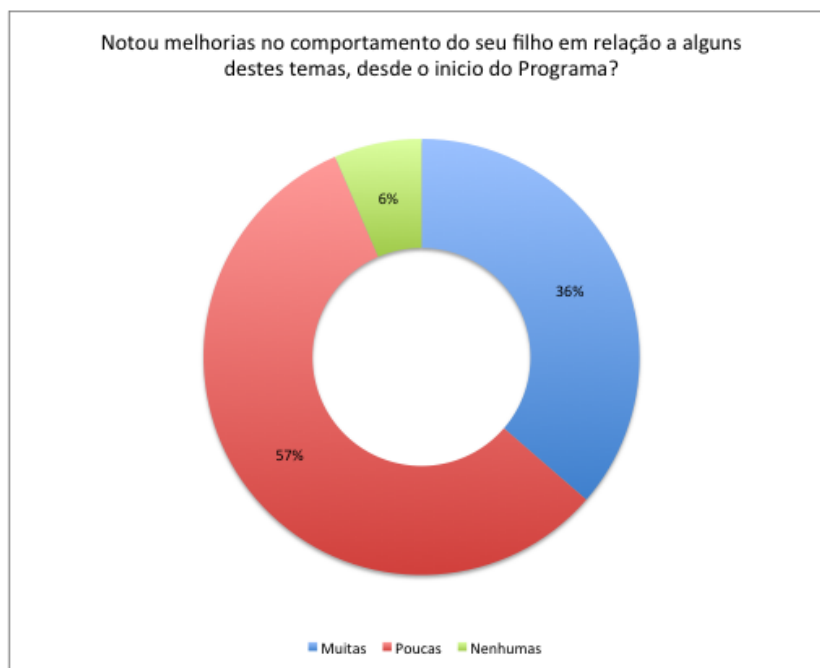
De acordo com os dados facultados pela Associação Prevenir é possível verificar o cumprimento dos objetivos anuais quanto à diminuição de comportamentos de risco entre os alunos participantes no programa. Este impacto foi monitorizado através do indicador D1 (Nível de cumprimento dos objetivos definidos pelos alunos no início do programa em relação aos diferentes temas) que em todos os segmentos superou os objetivos definidos com especial destaque para o segmento da higiene, desporto e alimentação com aumentos de 37%, 41% e 37% respetivamente. Estes objetivos foram definidos no início do programa através do chamado “O meu contrato saudável” que todos os alunos tiveram de preencher com os objetivos a que se propunham cumprir nos diferentes segmentos e que posteriormente foi assinado pelos próprios, pelos professores e pelos respetivos encarregados de educação.

<sup>17</sup> Realizadas nos dias 3, 4 e 7 de Dezembro de 2012 aos professores do 8ºD do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra, do 8ºA da Escola Conde de Oeiras e do 8ºC da Escola Dr. Joaquim de Barros

Cód.	Indicadores de Outcome	Objetivos 2012	Acumulado 2012
D1	Nível de cumprimento dos objetivos/metasp dos alunos		
D1a	Segmento Social	60%	79%
D1b	Segmento Higiene	60%	82%
D1c	Segmento Desporto	60%	85%
D1d	Segmento Alimentação	60%	82%
D1e	Segmento Estudo	60%	75%

**Quadro 7**

De acordo com as entrevistas<sup>18</sup> feitas aos alunos, os mesmos afirmaram que têm conseguido cumprir os objetivos de uma forma geral, exemplificando com pequenas alterações ao nível dos hábitos de vida saudável como fazer mais desporto ou ter uma alimentação mais saudável. Já entre os encarregados de educação as opiniões dividem-se ainda que maioria afirme ter notado poucas melhorias no comportamento dos filhos, 36% dos inquiridos afirmam que as melhorias foram muitas.



**Gráfico 6**

<sup>18</sup> Realizadas nos dias 3, 4, 5, 7 e 11 de Dezembro de 2012 aos alunos do 8ºA, 8ºB e 8ºD da Escola Conde de Oeiras, 8ºC e 8ºD do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra e 8ºC da Escola Dr. Joaquim de Barros

Quanto às professoras entrevistadas, todas assinalaram as dificuldades em verificar alterações significativas num tão curto espaço de tempo. De acordo com as entrevistadas existiram algumas alterações em questões mais práticas, nomeadamente no tema da alimentação ou do desporto como é possível ver nas citações abaixo:

- “Uma das alunas passou a pressionar a mãe para comerem mais vegetais em casa”<sup>19</sup>
- “Outros alunos tentaram marcar um dia por mês em que saiam ao paredão a fazer exercício com a família”<sup>20</sup>

Contudo parece não existir um controlo ou uma avaliação do cumprimento desses objetivos por parte dos professores já que durante o focus group e as entrevistas foi notório o esquecimento dos professores em relação a este tema. Um dos professores entrevistados afirmou não existir da sua parte qualquer tipo de controlo em relação ao cumprimento dos objetivos e que aquilo que sabe sobre os mesmos é através de comentários dos próprios alunos ou de professores de outras turmas.

### **Aumento do compromisso dos alunos sobre os objetivos do Programa**

O compromisso dos alunos para com o Programa tem vindo a aumentar desde o seu início, em particular os alunos estão mais conscientes da relevância dos temas lecionados e a sua participação nas aulas tem sido bastante ativa. De acordo com os dois indicadores qualitativos definidos para avaliar este impacto, os objetivos foram superados em relação ao planeado no início do 2012 como se pode ver na tabela abaixo.

Cód.	Indicadores de Outcome	Objetivos 2012	Acumulado 2012
E1	Nível de Cumprimento/realização dos trabalhos de casa fora do âmbito escolar	-	-
E2	Nível de interação e participação durante as sessões (1-baixo, 2-médio, 3-alto)	2	3
E3	Grau de relevância que os alunos atribuem às matérias lecionadas/metodologia (1-baixo, 2-médio, 3-alto)	2	2,5

#### **Quadro 8**

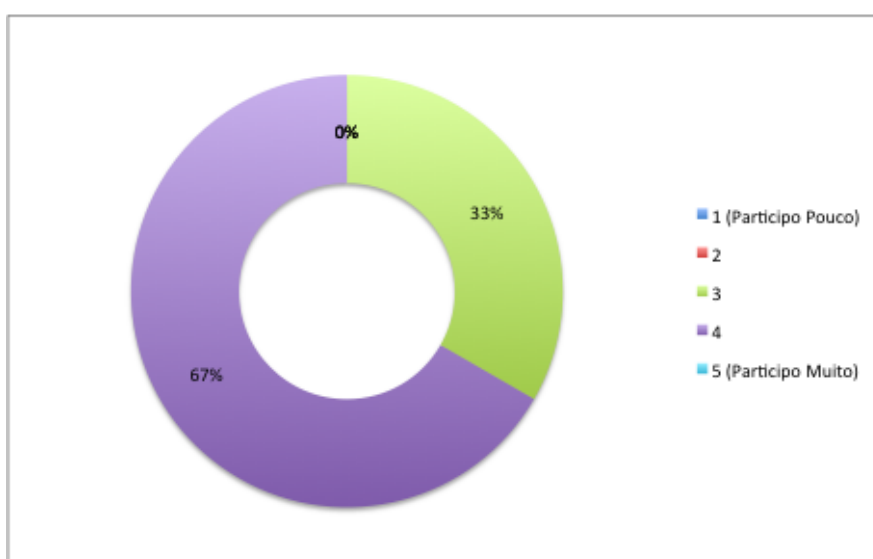
Quanto à participação fora das aulas, nomeadamente através do número de trabalhos de casa realizados, não foi possível auferir o cumprimento deste outcome, pois embora existam dados

<sup>19</sup> Entrevista realizada no dia 3 de Dezembro de 2012, à professora do 8ºD do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra

<sup>20</sup> Entrevista realizada no dia 3 de Dezembro de 2012, à professora do 8ºD do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra

sobre o número de trabalhos de casa planeados, não existem sobre o número de trabalhos efetivamente realizados.

Os resultados das entrevistas são convergentes com os dados do sistema, já que em relação aos alunos entrevistados, 4 dos 6 alunos entrevistados afirmaram que participam mais ativamente na aula de formação cívica comparativamente às outras aulas, em grande parte devido às atividades e exercícios de grupo que fazem nas aulas. Em relação ao grau de participação dos alunos nas aulas de formação cívica, 67% dos entrevistados avaliaram a sua participação em 4 valores enquanto os restantes 33% se autoavaliaram com um 3.



**Gráfico 7**

Ainda em relação à participação dos alunos nas aulas, embora apenas uma professora tenha referido que esta aumentou, é possível concluir pelas restantes respostas que os jovens demonstram grande interesse nestes temas e a sua participação nas aulas foi muito ativa. No geral todas referiram que existe um grande entusiasmo dos alunos em relação ao Programa, uma professora até referiu que os seus alunos se disponibilizaram para fazer tarefas fora do horário de aula.

Relativamente ao grau de dinamismo das aulas de formação cívica todos os alunos entrevistados afirmaram que estas aulas são mais dinâmicas comparativamente às outras disciplinas, como se pode ver nos comentários abaixo:

- “Falamos mais e fazemos mais perguntas enquanto nas outras matérias muitas vezes só a professora é que fala.”<sup>21</sup>

<sup>21</sup> Entrevista realizada no 11 dia de Dezembro de 2012 a um aluno do 8ºC do Agrupamento de Escolas de São Julião da Barra



- “Há mais perguntas e respostas, os alunos participam mais.”<sup>22</sup>
- “Fazemos muitos trabalhos e atividades em conjunto.”<sup>23</sup>

Quando questionados sobre a existência de diferenças nos métodos de ensino nas aulas de formação cívica comparativamente com as outras disciplinas, a maioria dos alunos afirmou que em formação cívica os professores fazem mais atividades de grupo e promovem mais o debate entre alunos para esclarecer dúvidas.

### 3.3. Famílias

#### a. O problema

Existem múltiplos estudos que apontam para a importância do envolvimento das famílias nas escolas (Englund, Luckner, Whaley & Egeland, 2004; Van Voorhis, 2003; Villas-Boas) e que apontam o baixo envolvimento parental na escola como um fator de risco para o abandono escolar (Potvin et al., 1999) Vários estudiosos afirmam que o desenvolvimento da criança é afetado pela família e pela escola, mas também pela relação que estes sistemas estabelecem entre si<sup>24</sup>.

Uma participação ativa das famílias no acompanhamento dos seus educandos tem sido referenciado como um fator preponderante para o sucesso académico e na diminuição de comportamentos de risco. Existem contudo vários constrangimentos à participação das famílias em meio escolar:

- Dinâmicas profissionais exigentes, com longas horas laborais, que não permitem tempo livre para participação ativa nas atividades;
- Metodologias padronizadas de envolvimento das famílias, através de reuniões que muitas vezes coincidem com os horários laborais;
- Homogeneidade de metodologias, aplicadas a todas famílias, independentemente das suas características específicas;
- Baixo nível de escolaridade das famílias, com dificuldades de acompanhamento das matérias lecionadas.

---

<sup>22</sup> Entrevista realizada no dia 11 de Dezembro de 2012 a um aluno do 8ºA da Escola Conde de Oeiras

<sup>23</sup> Entrevista realizada no dia 4 de Dezembro de 2012 a um aluna do 8ºB da Escola Conde de Oeiras

<sup>24</sup> 2005, “O Envolvimento Parental na Escola e Ajustamento Emocional do Aluno – um estudo longitudinal com crianças do ensino básico”, ESE S. João de Deus.

## b. A solução

O Programa “Eu Passo” preconiza o envolvimento das famílias como agentes de mudança, ao exigir que estas assinem um compromisso para com o programa. Dirigido ao encarregado de educação do aluno, a participação no Programa exigia por parte dessas famílias um compromisso firmado, que os responsabilizava perante o Programa como agentes de mudança.

Além da assinatura do compromisso, foi também pedido às famílias que participassem ativamente no Programa e que instituíssem uma dinâmica familiar conducente a hábitos de vida mais saudáveis.

O impacto esperado destas ações era um conhecimento mais aprofundado das temáticas abordadas no Programa “Eu Passo”, de modo a que estas pudessem contribuir para o aumento dos hábitos de vida saudáveis dos seus educandos.

Os impactos identificados em relação às famílias dos alunos foram os seguintes:

- Aumento de conhecimentos em relação às temáticas lecionadas
- Maior envolvimento das famílias como promotores de comportamentos saudáveis nos filhos

O cumprimento destes impactos foi feito através dos seguintes indicadores abaixo identificados.

Outcomes	Cód.	Indicadores de Outcome
Aumento de consciencialização em relação às temáticas lecionadas	B3	Grau de <i>awareness</i> sobre as temáticas junto das famílias
Maior envolvimento das famílias como promotores de	C1	% de contratos assinados pelas famílias

	C2	% de crescimento de ações tomadas pelas famílias na promoção de hábitos de vida saudável
--	----	--

**Quadro 9**

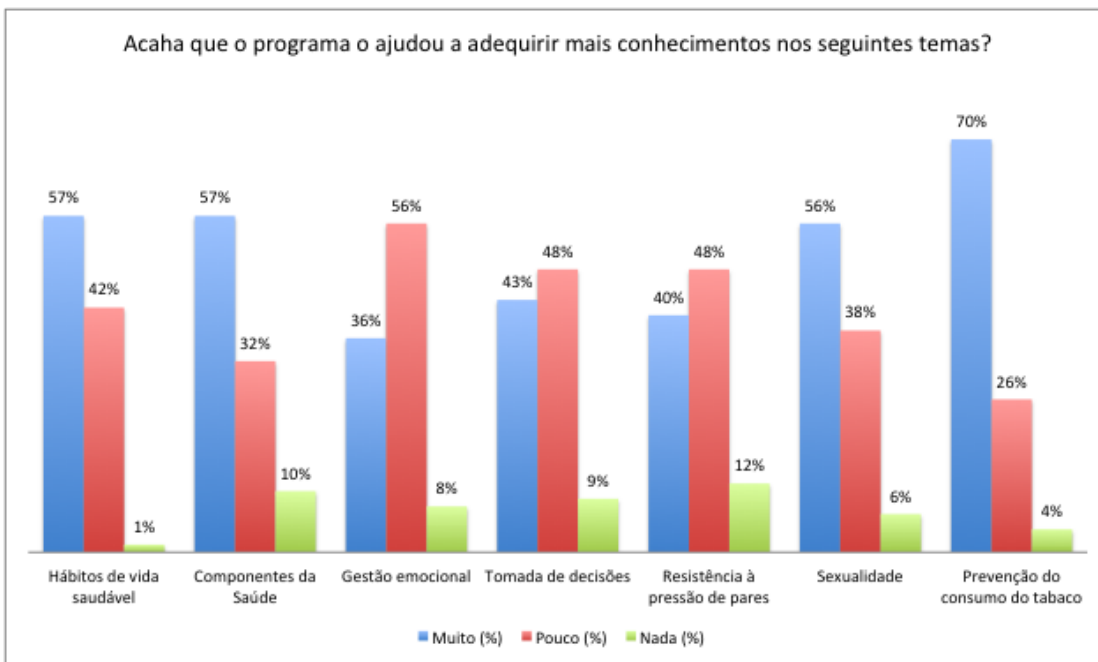
O indicador B3 mede o grau de *awareness* das famílias sobre o programa, ou seja a sua consciencialização sobre as temáticas ministradas e a relevância das mesmas.

O envolvimento das famílias como promotoras de comportamentos saudáveis foi medido pela percentagem de famílias que assinaram os contratos de compromisso e aumento do número de ações desenvolvidas pelas famílias para promoção de hábitos de vida saudável (indicadores C1 e C2).

**Aumento da consciencialização em relação às temáticas lecionadas**

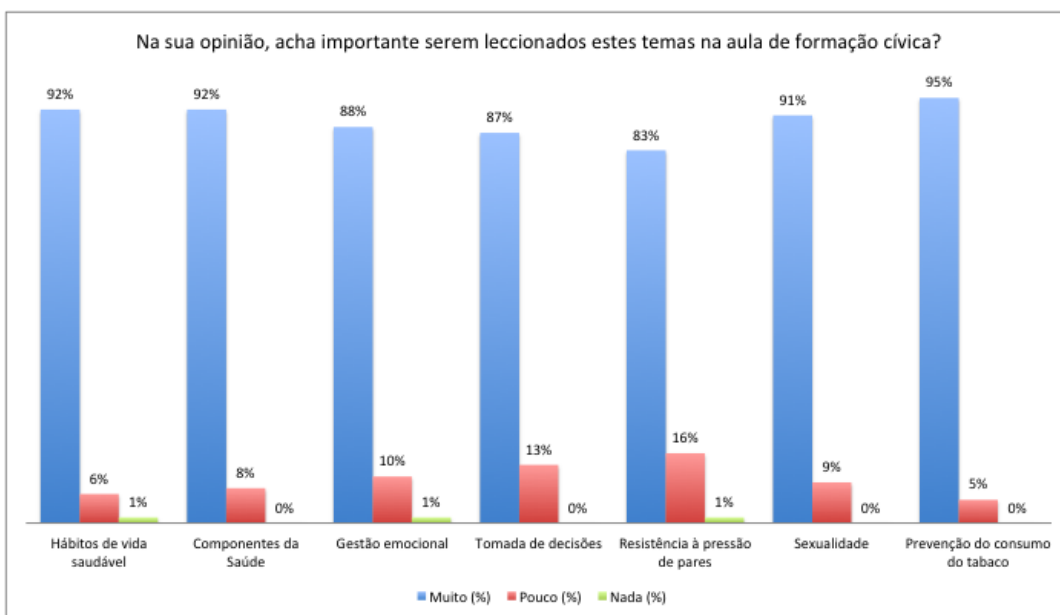
Relativamente à evolução de *awareness* das famílias em relação aos temas do programa não existem dados, por parte da Associação, que permitam auferir o cumprimento deste impacto, nomeadamente relativamente ao grau de *awareness* das famílias sobre os temas do programa.

Contudo, os resultados das entrevistas e inquéritos feitos aos alunos e aos seus familiares permitem-nos tirar algumas conclusões. 79% dos familiares inquiridos admitem ter conhecimento do programa “Eu Passo...” lecionado nas aulas de formação cívica. Dentro desses 79% é possível observar um aumento significativo do grau de *awareness* nos temas de promoção de hábitos de vida saudáveis (hábitos de vida saudável, componentes da saúde, sexualidade e prevenção do consumo do tabaco). Em relação aos temas que visam principalmente a promoção de competências psicossociais o aumento de conhecimento já não é tão significativo como se pode ver abaixo.



**Gráfico 8**

Relativamente ao grau de importância atribuído pelos encarregados de educação ao leccionamento destas temáticas na escola, é possível concluir que quase todos os inquiridos consideram muito importante que os alunos aprendam sobre os temas lecionados no programa “Eu Passo...”.



**Gráfico 9**

Quando solicitados para justificar o grau de importância atribuído às temáticas do programa, as respostas são muitas vezes coincidentes e podem ser agrupadas em 3 ideias principais:

- Educação escolar como reforço da educação familiar nestes temas
- Pouca abertura ou disponibilidade dos alunos ou dos familiares para abordarem certos temas
- Relevância e importância que têm estes temas nesta faixa etária

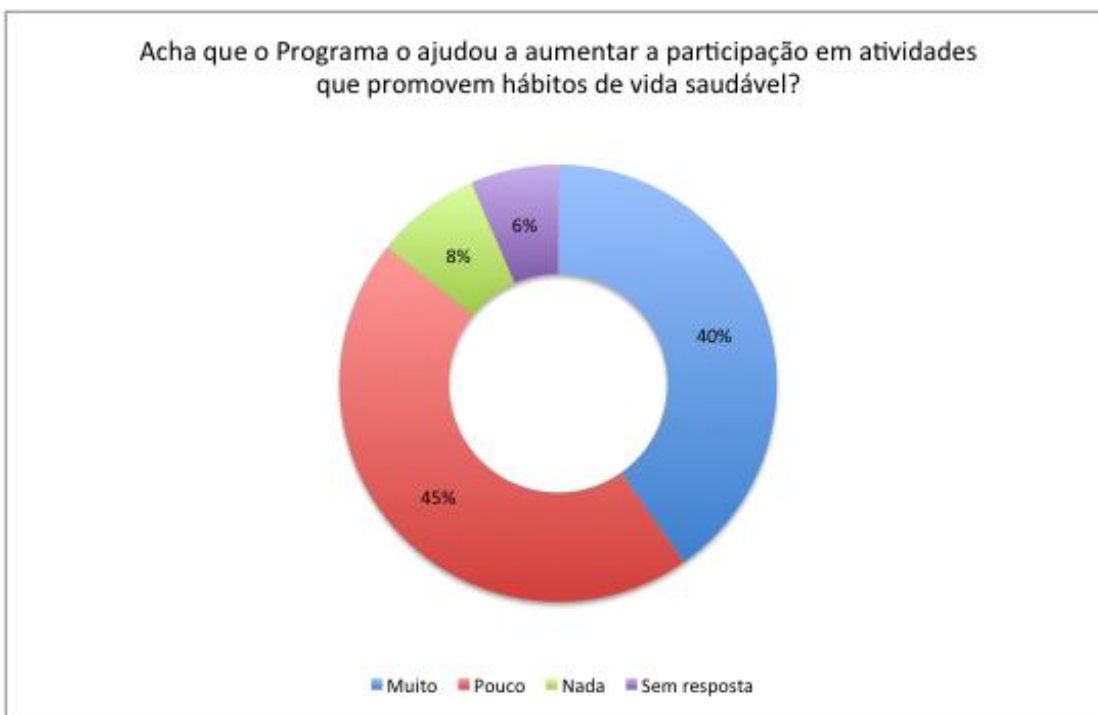
### **Maior envolvimento das famílias como promotores de comportamentos saudáveis nos filhos**

O maior envolvimento das famílias como promotores de comportamentos saudáveis nos filhos não é um dado certo. Se relativamente ao primeiro indicador (% de contratos assinados pelas famílias) os objetivos foram superados em 11%, em relação ao segundo indicador não existem dados que nos permitam auferir com exatidão se este foi ou não cumprido.

Cód.	Indicadores de Outcome	Objetivos 2012	Acumulado 2012
C1	% de contratos assinados pelas famílias	90%	100%
C2	% de crescimento de ações tomadas pelas famílias na promoção de hábitos de vida saudável	-	-

#### **Quadro 10**

No entanto, observando os resultados dos inquéritos feitos às famílias dos alunos é possível concluir que se verificaram melhorias, ainda que em pequenas ações, relativamente à participação das famílias em atividades de hábitos de vida saudável. Quando questionados sobre a influência do Programa “Eu Passo...” no aumento da sua participação em atividades que promovem hábitos de vida 40% afirmam que o Programa os ajudou muito nesse aspeto.



**Gráfico 10**

Relativamente a exemplos dados sobre esses aumentos, as poucas respostas obtidas assinalam as alterações a nível da alimentação e na prática desportiva como principais mudanças verificadas:

- ❖ “Como melhor e obrigo a minha filha a comer melhor e nós as duas fazemos mais exercício físico”
- ❖ “Começámos a fazer caminhadas em família e a ter mais cuidados com a alimentação”
- ❖ “Temos mais atenção com a alimentação e fazemos mais exercício físico”
- ❖ “Comecei a fazer desporto e a comer menos ao jantar”
- ❖ “Comecei a consumir pelo menos 1,5L de água por dia”<sup>25</sup>

Por outro lado, se analisarmos as entrevistas e o focus group feito aos professores, existe um sentimento geral, embora existam exceções, de que maioria dos pais não se envolve ativamente no programa, cumprindo apenas com as tarefas obrigatórias (assinar e ler os contratos de compromisso saudáveis, entre outras).

#### **4. Investidores sociais e sustentabilidade do Programa**

Para que o Programa “Eu Passo” pudesse ser realizado, foi necessário um compromisso de vários investidores sociais para com a Mudança Social que o Programa preconiza. Como

<sup>25</sup> Respostas aos inquéritos enviados no dia 12 de dezembro de 2012.

qualquer investidor social, interessava-lhes aferir a sustentabilidade do Programa, mas acima de tudo a capacidade do Programa ser impactante socialmente.

No que se refere ao Programa “Eu Passo” a exigência de mudança comportamental, inscreve os objetivos do Programa numa lógica de longo prazo, sendo ainda mais essenciais as questões de sustentabilidade do mesmo. Ora para garantir que o Programa terá probabilidades de ser sustentável e que obterá os impactos pretendidos é necessário que:

- Demonstre ter uma gestão eficaz, que gere credibilidade e confiança nos investidores atuais e futuros;
- Não dependa exclusivamente de uma só fonte de financiamento, criando dependências indesejáveis e riscos elevados decorrentes da retirada desse financiamento.

O Programa tinha uma estrutura de custos relativa aos recursos humanos, nomeadamente as sessões técnicas, formação, deslocações, monitorização e avaliação de resultados – num total de 45.000€ - e recursos materiais, incluindo manuais, materiais de divulgação e apoio aos formandos – num total de 9.000€, perfazendo um total geral de 53.000€.

O programa prevê um custo anual médio de 42€ por beneficiário em concelhos com o programa já a decorrer em turmas de dimensão média, tendo o valor médio do programa sob avaliação (ano letivo 2011/2012) aumentado devido à publicação dos manuais e materiais de divulgação.

Para poder aferir a eficácia da gestão do Programa e a sua sustentabilidade foram construídos os indicadores seguintes. A eficácia da gestão do Programa é medida essencialmente pelos indicadores F1, F2 e F5 e a sustentabilidade pelo F3, F4 e F6.

Cód.	Indicadores de Outcome
F1	Investimento do financiador por total de beneficiários (alunos e professores)
F2	Orçamento global do projeto por total de beneficiários (alunos e professores)
F3	Mix de financiamento (% receitas por tipologia de financiamento)
F4	Nível de concentração/dependência por financiador
F5	Desvios orçamentais
F6	% Valor de financiamento garantido para a continuidade do projeto

**Quadro 11**

Em 2012 o programa contou com 5 grupos investidores:

- ❖ EDP
- ❖ SUMOL+COMPAL

- ❖ Junta de Freguesia de Benfica
- ❖ Câmara Municipal de Sintra
- ❖ Câmara Municipal de Cascais e Associação Prevenir

Destes investidores a EDP foi o único que investiu na totalidade do programa (concelho de Cascais, Sintra e Lisboa), já os restantes financiadores investiram apenas a nível local, nomeadamente nas respetivas áreas de atuação.

Tendo em conta este facto, o investimento dos financiadores por beneficiário (indicador F1) está resumido no quadro abaixo.

Investidor	Valor Investido	Beneficiários	Investimento por beneficiário
EDP	35 000,00 €	1062	33 €
SUMOL+COMPAL	4 000,00 €	264	15 €
Junta de Freguesia de Benfica	1 500,00 €	244	6 €
Câmara Municipal de Sintra	3 000,00 €	254	12 €
Câmara Municipal de Sintra e Associação Prevenir	9 500,00 €	300	32 €

#### **Quadro 12**

Os atores-chave acima identificados investiram um total de 50 € por beneficiário (indicador F2) no programa. Do montante total investido (53.000 €), 74% proveio de financiadores privados (EDP e SUMOL+COMPAL), 8% de entidades públicas (Junta de Freguesia de Benfica e Câmara Municipal de Sintra) e os restantes 18% dum fundo misto (Câmara Municipal de Sintra e Associação Prevenir).

O fundo misto da Associação Prevenir é utilizado pela associação para cobrir custos de implementação do Programa nos vários concelhos, assegurando a sua sustentabilidade em locais onde os financiadores não cobrem a totalidade dos custos do programa.

Ao analisar o nível de concentração por investidor (indicador F4), é possível concluir que a sustentabilidade do programa está extremamente dependente da disponibilidade de investimento da EDP, já que a empresa contribui atualmente com 66% do valor total. A este parceiro seguem-se a Câmara Municipal de Sintra e Associação Prevenir, a SUMOL+COMPAL, a Câmara Municipal de Sintra e a Junta de Freguesia de Benfica com uma contribuição de 18%, 7%, 6% e 3% respetivamente.

De salientar que o investimento da Sumol+Compal destinou-se à concretização do Programa no Concelho de Oeiras.

Quanto à continuidade do projeto no próximo ano as previsões são muito otimistas já que até à data já foi garantido um investimento total de 92.300€, para o ano letivo 2012/2013, distribuído da seguinte forma:



- ❖ Câmara de Cascais – 45.800€
- ❖ SUMOL+COMPAL – 7500€
- ❖ Câmara Municipal de Lagoa – 8500 €
- ❖ Junta de Freguesia de São João – 5000 €
- ❖ Junta de Freguesia de Benfica – 2000 €
- ❖ EDP – 23.500€

Em relação ao valor da EDP, este valor está previsto para um período de 18 meses, de janeiro de 2013 a junho de 2014, para aplicação no concelho de Mirandela.

Embora alguns dos financiadores se mantenham, existem alterações em relação ao montante investido nomeadamente o montante investido pela EDP foi significativamente reduzido enquanto a contribuição da Câmara de Cascais aumentou de uma forma significativa. O aparecimento de novos investidores, nomeadamente da Câmara Municipal de Lagoa alargará o programa a novas áreas de intervenção (Algarve) enquanto no concelho de Lisboa o investimento feito pela Junta de Freguesia de São João resultará no alargamento do programa a novas escolas neste concelho. Já o investimento da EDP para 2013 será feito a nível local (Mirandela) o que implica uma maior concentração de recursos a beneficiários nesta zona de intervenção. Em Cascais e Oeiras os financiadores respetivos, Câmara Municipal de Cascais e Sumol+Compal, assegurarão a continuidade do funcionamento do Programa.

A Câmara Municipal de Oeiras foi determinante no apoio institucional conferido, na escolha de escolas do Concelho onde implementar o Programa e no *know-how* em matéria de educação que foi essencial na construção dos indicadores, *outputs* e *outcomes* do programa, pelo que terá também um papel de relevo na sua sustentabilidade no Concelho.

Em termos de sustentabilidade do programa é importante referir o contributo dos professores formados que mencionaram interesse não só em continuar o Programa com alunos já expostos ao mesmo, mas em utilizar os materiais da Prevenir, ou os que eles próprios construíram na dinamização de aulas, com alunos de outras turmas, noutros anos letivos.

Em suma, a sustentabilidade do Programa parece estar garantida, no curto prazo, assim como a sua escalabilidade para outras escolas e zonas geográficas. Não foi possível tirar conclusões sobre o cumprimento orçamental, uma vez que os dados sobre desvios orçamentais são insuficientes para uma análise da eficácia da gestão do programa.

Em termos de sustentabilidade futura do Programa, a Prevenir pensa introduzir algumas alterações para diminuir a componente de investimento técnico no Programa, nomeadamente reduzindo o número de sessões com professores e dando aos professores a responsabilidade de trabalhar as sessões técnicas. Isto fará diminuir o custo por beneficiário do Programa (estimado em 25€) e melhorar a eficácia da gestão.

## 5. Avaliação Global do Impacto Social

Analisando a implementação do Programa “EU PASSO...” como um todo, verifica-se que este tinha estipulado como impactos principais na sua Teoria de Mudança Social:

- Aumento da motivação dos professores;
- Aumento das competências em relação às temáticas lecionadas;
- Aumento do nível de participação das famílias;
- Diminuição dos comportamentos de risco;
- Aumento do comportamento responsável do aluno.

Relativamente aos professores, o Programa não só atingiu como ultrapassou os impactos pretendidos, tendo contribuído ativamente para o conhecimento dos professores sobre as temáticas, mas acima de tudo para metodologias de como trabalhá-las com os seus alunos. Desde o número de professores que tentaram aceder ao programa (excedendo as vagas) até aos professores que participaram no mesmo, houve uma aprendizagem metodológica e uma importante troca de experiências com a Associação Prevenir que permitiu traduzir-se no aumento da motivação dos professores pretendido e o aumento de competências dos mesmos. Todavia, e como salientado anteriormente, os professores consideram que a aprendizagem foi mais metodológica do que temática. O envolvimento de outros professores fora do programa demonstrou também a importância atribuída pelo Programa aos professores que participaram no mesmo, e demonstra como o Programa poderá continuar a ter impacto via aplicação metodológica tanto dos professores do programa como extra programa. O facto de as vagas para professores serem insuficientes para o número de candidatos, muito embora seja um sinal inequívoco do interesse pelo Programa, demonstra também uma necessidade de redimensionamento do programa para comportar mais candidatos.

No que se refere ao processo de envolvimento das famílias, os dados são menos favoráveis. Do seu ponto de vista (das famílias) parece ter havido um envolvimento e interesse pelo programa, mas o nível de envolvimento é considerado insatisfatório por parte da maioria dos professores que considera que as famílias se limitaram a cumprir os deveres regulamentados pelo programa. Os inquéritos às famílias permitiram aferir que a maioria conhecia o programa, mas não foi possível aferir o grau de dinamismo da sua participação. Assim sendo o nível de participação das famílias parece não ter tido um impacto tão elevado quanto pressunha o programa.

No que se refere aos alunos, os beneficiários principais do projeto, por via direta e indireta (via professores), com as contingências necessárias por uma avaliação de impacto realizada apenas dezoito meses depois do início da implementação do programa, foi possível aferir mudanças comportamentais de diminuição de comportamento de risco e aumento de comportamento responsável. Estas mudanças comportamentais foram registadas pelos próprios alunos e pelos professores, muito embora as famílias tenham manifestado um registo misto sobre esta temática, algumas considerando ter havido mudanças, mas outras não.

O Programa é considerado bem-sucedido, tendo conseguido realizar a maioria dos impactos a que se propunha.

## 6. Conclusões e Recomendações

Em termos gerais podemos considerar que o Programa “EU PASSO...” é um programa bem-sucedido, com impactos junto dos atores-chave identificados para o programa. O Programa conseguiu mobilizar os professores como agentes multiplicadores, interessá-los pela aplicação das suas metodologias, cativá-los pelas temáticas, conseguiu estimular a participação ativa dos alunos, manter o seu foco de interesse, aumentar o seu conhecimento sobre as matérias e dar-lhes ferramentas de decisão e participação, conseguiu envolver as famílias nas temáticas da formação cívica e fazê-las assinar um compromisso.

A avaliação do impacto social do Programa permite demonstrar que os impactos são positivos sobre os atores-chave, com destaque para os professores, em que os indicadores foram superados. Do lado oposto do espetro estão as famílias, cujo envolvimento deverá ser reequacionado para permitir reforçar as mensagens do Programa e estimular e consolidar a mudança comportamental dos jovens no curto e médio prazo.

Em termos de escalabilidade para novos concelhos, e de mudança para os 7º anos, o Programa é bem-sucedido, uma vez que atingiu os objetivos e os seus materiais foram considerados adequados.

Durante o curso do programa houve alterações em termos de conjuntura sociopolítica, relevantes para a implementação do programa, nomeadamente com as alterações de duração e características das aulas de formação cívica. Para o futuro do Programa, estas alterações serão ainda mais significativas pois as aulas de formação cívica em alguns casos serão transformadas em aulas de educação para a cidadania, mas noutras escolas deixaram já de existir enquanto tais, sendo as matérias incorporadas nas aulas das restantes disciplinas.

Não foi possível aferir com detalhe a evolução financeira do Programa e a eficácia da gestão do Programa, já que a Associação Prevenir não forneceu dados detalhados sobre o mesmo.

Uma das questões que é clara, nesta altura, é que ainda é cedo para aferir a totalidade do impacto do programa sobre a vida dos alunos que com ele contactaram. Dezoito meses é um período curto para avaliar se os alunos estarão preparados para a resistir à pressão de pares, fazer escolhas saudáveis em detrimento das escolhas do grupo, ter resposta para situações de violência que exigem maturidade emocional. Todavia, já é possível verificar o aumento do conhecimento sobre as temáticas, as mudanças de alguns hábitos e o interesse que demonstraram sobre as temáticas.

O Programa “Eu Passo” foi avaliado com uma metodologia inspirada no SROI, construída com recurso a um processo participativo virtuoso, que permitiu consolidar impactos esperados que tivessem em conta as expectativas de todos os seus atores-chave, e que contribuísem para um maior impacto social do Programa. Esse processo de co-construção permitiu um enriquecimento da metodologia de avaliação, dado o expertise heterogéneo dos múltiplos atores. O processo altamente participativo permitiu também melhorar o programa durante a sua implementação e definir um mapa de impacto detalhado com outputs, outcomes e indicadores mensuráveis que todos consideraram relevantes.

É também com base nesse processo que se sugerem a seguintes recomendações:

#### Relativas ao conteúdo do Programa:

1. Rever os materiais do Programa “EU PASSO...” para fazer face às adaptações das aulas de formação cívica para educação para a cidadania ou até ao seu desaparecimento em algumas escolas. Os materiais devem ser adaptados para poderem ser ministrados em complemento de outras matérias dos curricula escolar; isto é, as atividades sugeridas devem ser adaptadas para poderem ser realizadas em períodos de tempo mais curtos e em complementaridade de matérias heterogéneas, das várias disciplinas. Isto implicará também a adaptação dos Manuais “Eu Passo”;
2. Rever as estratégias de abordagens de envolvimento das famílias, com abordagens heterogéneas conforme as características e o interesse demonstrado pelas famílias. Dar várias alternativas de atividades que exijam a participação da família, desde assinatura dos compromissos, à participação nos trabalhos de casa, promoção de hábitos de vida saudável, mas também ações conjunta entre a família e a escola que aproveitem as competências individuais dos elementos da família envolvidos (nomeadamente ações de desporto para educadores atléticos, palestras sobre sexualidade ministradas por pais que sejam profissionais de saúde, sessões com atividades de gestão emocional por educadores psicólogos, etc.. Pode ainda testar-se numa turma piloto, uma carta de compromissos da família a ser controlada pelos alunos;

#### Relativas à gestão do Programa, sustentabilidade e avaliação de impacto:

1. Rever o indicador relativo aos professores “Aumento do conhecimento das temáticas lecionadas” para “Aumento de conhecimento de metodologias para lecionar as temáticas chave identificadas”, uma vez que os professores consideram que o grande ganho de competências é relativamente às metodologias e não aos conhecimentos de base;
2. Adicionar momentos de avaliação do envolvimento das famílias, que se estendam para além da assinatura do compromisso, por exemplo, por via de uma avaliação feita pelos alunos às suas famílias. Ao criar momentos intermédios, ainda que informais, entre os professores e as famílias para aferir dos progressos em relação à introdução de hábitos de vida saudável, é possível fazer adaptações à metodologia de envolvimento dos pais ainda no decurso do Programa;
3. Reforçar os momentos de avaliação do compromisso dos alunos para com programa, já que na maioria dos casos os professores não tinham feito o seguimento das mudanças comportamentais dos alunos, em seguimento das atividades do projeto. Instituir um formato bimestral de avaliação, com uma dimensão lúdica e inscrita no Programa;
4. Realizar uma avaliação complementar a turmas não envolvidas no programa (em escolas com 2 ou mais turmas inscritas no Programa), de níveis de escolaridade diferente, de forma a avaliar-se a incidência do programa sobre as turmas que não tiveram esta formação, nomeadamente em termos de comportamento dos colegas, informação passada sobre o programa, ambiente da escola, entre outros,

5. Detalhar todos os indicadores financeiros do Programa, permitindo um controlo orçamental mais aprofundado, e garantindo uma distribuição dos fundos de investimento ao contexto geográfico a que se destinam, para poder aferir o custo por beneficiário por Programa;
6. Atualizar mensalmente o mapa de impacto, para garantir que o volume da informação a inserir não seja demasiado exigente para a organização;
7. Aplicar a metodologia do Programa nas mesmas escolas, durante um período de 3 a 5 anos, para poder potenciar o impacto do programa, expondo os alunos em vários graus de ensino ao Programa, ministrado por diferentes professores e conseqüentemente materiais e adaptações metodológicas. Expor os mesmos alunos em anos diferentes ao Programa, com conteúdos adaptados à sua idade e grau de aprendizagem para reforçar os conhecimentos e competências adquiridos;
8. Alargar o Programa a mais turmas de cada escola para potenciar o impacto em cada escola, e a mais escolas como parte integrante de uma rede “Eu Passo”, integrando os resultados e as lições aprendidas de escolas anteriores e registando as adaptações a realizar por contexto geográfico. Incorporar estratégias que permitam a aprendizagem cruzada, como por exemplo um concurso sobre as temáticas do Programa;
9. Promover a ligação do Programa “Eu Passo” a outros programas com objetivos semelhantes, para que a complementaridade das mensagens reforce a mudança comportamental a obter por parte dos jovens;
10. Assegurar financiamento, a três anos, para as zonas geográficas de intervenção do Programa, de modo a garantir a sua sustentabilidade financeira. Assegurar que esse financiamento provém de fontes diversificadas, para manter a autonomia do programa e diminuir o risco de retirada do financiador;
11. Construir folhetos/ documentos informativos que possam ser utilizados pelos Encarregados de Educação de ciclos anteriores, como portadores de propostas de financiamento do programa por partes das empresas onde trabalham e que tenham políticas de responsabilidade social;
12. Considerar uma segunda etapa de avaliação do impacto social, em que o retorno social do investimento possa ser valorizado financeiramente. Esta valorização financeira pode ser calculada com recurso a vários vetores, alguns negativos, nomeadamente gastos com tabaco, comida não saudável ou álcool, e outros positivos, como a inscrição num ginásio. Podem também ser utilizadas metodologias complementares, como o “Value Game”, para valorizar financeiramente outros indicadores do Programa;
13. Rever a avaliação de impacto anualmente reaplicando as metodologias e construindo relatórios de impacto que analisem quantitativa e qualitativamente os dados do mapa de impacto;

14. Fazer uma avaliação de longo prazo, com um estudo dos comportamentos de risco nos alunos que participaram no programa versus os alunos que não beneficiaram do mesmo, para poder confirmar o impacto na mudança de comportamento dos jovens.

## **7. Anexos**

### **7.1. Mapa de Impacto**

Anexo a este documento.

## **7.2. Guião de entrevistas aos atores-chave do projeto**

### **Bloco I – Motivação**

1. Gostaria de saber qual o racional em apoiar a associação Prevenir e em particular o projeto EU PASSO?
2. O que quer ganhar a Sumol/EDP/Câmara de Oeiras ao participar neste projeto? (formação, comunicação positiva, melhoria no sistema de educação, etc.) ou seja qual o retorno que quer deste projeto EU PASSO?
3. Quais são os seus principais objetivos para o projeto EU PASSO e para o futuro sistema de avaliação?
4. Apoiam outras iniciativas nas escolas onde este projeto é implementado? Se for o caso, são complementares?

### **Bloco II – Atual situação**

1. Qual é a leitura que faz da realidade do projeto no terreno?
2. Para si, quais os potenciais riscos que o projeto EU PASSO enfrenta?
3. Face ao âmbito do projeto EU PASSO, para si, quais são as principais barreiras que a organização enfrenta para concretizar os seus objetivos no terreno?
4. Na sua opinião, quais são os fatores concretos que podem influenciar (positivamente ou negativamente) o sucesso do projeto?
5. Para si, qual seria a definição do sucesso deste projeto?



### **7.3. Guião de entrevistas a alunos sobre o Programa “EU PASSO”**

#### **Bloco I – Motivação**

1. Porque é importante o Programa EU PASSO?
2. Quais são as expectativas face ao projeto EU PASSO?
3. Atualmente está inserido noutras iniciativas semelhantes?

#### **Bloco II – Atual situação**

1. Quais são os principais problemas que os jovens enfrentam na escola?
2. Na sua opinião, como é que o projeto EU PASSO poderá minimizar estes problemas?

## 7.4. Guião de entrevistas a professores sobre o Programa “EU PASSO”

### **Bloco I – Motivação**

1. Quais são os seus principais objetivos para o projeto EU PASSO?
2. Quais são as expectativas face ao projeto EU PASSO?
3. Atualmente está inserido noutras iniciativas semelhantes?

### **Bloco II – Atual situação**

1. Face ao contexto da escola onde está a lecionar, quais são os principais problemas que os jovens enfrentam?
2. Na sua opinião, como é que o projeto EU PASSO poderá minimizar estes problemas?
3. Para si, quais os potenciais riscos que o projeto EU PASSO enfrenta?
4. Para si, qual seria a definição do sucesso deste projeto?
5. Na sua opinião, quais são os fatores concretos que podem influenciar (positivamente ou negativamente) o sucesso do projeto?

### **Bloco III – Sistema de avaliação**

1. Que tipo de informação seria necessária para melhorar a *performance* do projeto?

## 7.5. Guião de entrevistas a encarregados de educação sobre o Programa “EU PASSO”

### **Bloco I – Motivação**

1. Quais são os seus principais objetivos para o projeto EU PASSO?
2. Quais são as expectativas face ao projeto EU PASSO?
3. Atualmente está inserido noutras iniciativas semelhantes?

### **Bloco II – Atual situação**

1. Face ao contexto da escola onde o seu filho estuda, quais são os principais problemas dos jovens?
2. Na sua opinião, como é que o projeto EU PASSO poderá minimizar estes problemas?
3. Para si, quais os potenciais riscos que o projeto EU PASSO enfrenta?
4. Para si, qual seria a definição do sucesso deste projeto?
5. Na sua opinião, quais são os fatores concretos que podem influenciar (positivamente ou negativamente) o sucesso do projeto?

### **Bloco III – Sistema de avaliação**

1. Que tipo de informação seria necessária para melhorar a *performance* do projeto?

## 7.6. Guião do questionário feito às famílias sobre o Programa “Eu Passo...”

### Objetivos

Este questionário tem como objetivo central recolher informação sobre o impacto do Programa "Eu Passo...", junto das famílias dos alunos que participam no Programa.

O Programa "Eu Passo..." é um programa lecionado nas aulas de formação cívica, com o objetivo de promover hábitos de vida saudável junto dos alunos do 3.o Ciclo do Ensino Básico

### Estrutura

O questionário divide-se em dois blocos:

Bloco 1. Grau de conhecimento da família do aluno sobre o Programa "Eu Passo..."

Bloco 2. Alterações no comportamento da família do aluno em hábitos de vida saudável

Este questionário é composto por 15 questões, cuja tipologia de resposta é aberta em alguns casos e fechada noutros. O tempo de preenchimento estimado do questionário é aproximadamente de 10 minutos.

### Bloco 1. Grau de conhecimento da família do aluno sobre o Programa "Eu Passo..."

**1. Tem conhecimento do Programa "Eu Passo..." que é lecionado na disciplina de formação cívica?**

Sim

Não (Obrigado por colaborar, a sua participação termina aqui.)

**2. Em caso afirmativo, acha que o Programa o ajudou a adquirir mais conhecimentos nos seguintes temas?**

	Muito	Pouco	Nada
Hábitos de vida saudável	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Componentes de Saúde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gestão emocional	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tomada de decisões	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Resistência à pressão de pares	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sexualidade	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prevenção do consumo do tabaco	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**3. Na sua opinião, acha importante serem lecionados estes temas na aula de formação cívica?**

	Muito	Pouco	Nada
Hábitos de vida saudável	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Componentes de Saúde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gestão emocional	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

- |                                |                          |                          |                          |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Tomada de decisões             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Resistência à pressão de pares | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Sexualidade                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Prevenção do consumo do tabaco | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**4. Por favor, explique porque é importante.**

**5. Acha que o seu filho sentia dificuldades relacionadas com alguns destes temas, antes do início do Programa?**

- Muitas
- Poucas
- Nenhumas

**6. Por favor, escreva alguns exemplos práticos dessas dificuldades.**

**7. Notou melhorias no grau de conhecimento do seu filho em alguns destes temas, desde o início do Programa?**

- Muitas
- Poucas
- Nenhumas

**8. Acha que o seu filho partilha mais informação/dúvidas sobre estes temas consigo, desde o início do Programa?**

- Muito
- Pouco
- Nada

**9. Notou melhorias no comportamento do seu filho em relação a alguns destes temas, desde o início do Programa?**

- Muitas
- Poucas
- Nenhumas

**10. Por favor, escreva alguns exemplos práticos dessas melhorias.**

**11. Gostaria que o seu filho continuasse a participar neste Programa?**

- Muito
- Pouco
- Nada

**12. Por favor, explique o porquê da sua resposta anterior.**

**Bloco 2. Alterações no comportamento da família do aluno em hábitos de vida saudável**

**13. Qual o seu grau de participação em atividades que promovem hábitos de vida saudável, durante o Programa?**

- Elevado



Médio

Baixo

Nulo

**14. Acha que o Programa o ajudou a aumentar a participação em atividades que promovem hábitos de vida saudável?**

Muito

Pouco

Nada

**15. Por favor, escreva alguns exemplos práticos desse aumento.**

**Obrigado pela sua colaboração!**

## 7.7. Guião das entrevistas feitas aos professores sobre o Programa “Eu Passo...”

### Objetivos

Esta entrevista tem como *objetivo* principal recolher informação qualitativa complementar que permita validar o sistema de indicadores definido para o programa "Eu Passo".

Nomeadamente sobre a motivação dos atores-chave no programa, o seu grau de participação e envolvimento bem como as mudanças verificadas, ou não, no seu comportamento.

### Estrutura

A entrevista será dividida em 3 partes, uma introdução onde se explicam os *objetivos* e duração da mesma, uma fase de perguntas, e uma conclusão onde se dá oportunidade a comentários complementares.

A fase de perguntas deverá ser constituída, maioritariamente por perguntas abertas e algumas fechadas procurando dar palavra ao entrevistado de forma a que este possa destacar os pontos que lhe pareçam mais importantes.

### Duração

A entrevista deverá durar aproximadamente entre 60 minutos, incluindo introdução, perguntas e conclusão.

Assumindo que cada pergunta durará aproximadamente 2 minutos o número de perguntas não deverá ultrapassar as 25.

### Lista de Perguntas

### Indicadores

#### *I. Objetivos do Programa*

1. Avalie de 1 (Aprendi Pouco) a 5 (Aprendi Muito) a evolução do seu conhecimento sobre as temáticas lecionadas no

B2.

Programa, desde o início da sua participação.

---

2. Em quais das temáticas lecionadas no Programa sente que aprendeu mais? Porquê? B2.

---

3. Em quais das temáticas lecionadas no Programa teve mais dificuldades de aprendizagem? Porquê? B2.

---

4. Já participou em algum outro Programa do género? Qual? B2.

---

5. Em qual destes aprendeu mais? Porquê? B2.

---

6. Que pontos deste Programa gostaria de ver incluídos no Programa " Eu Passo"? B2.

---

7. Avalie de 1 (Aprenderam Pouco) a 5 (Aprenderam Muito) a evolução do conhecimento dos alunos sobre as temáticas lecionadas no Programa, desde o início da sua participação. B1.

---

8. Em quais das temáticas lecionadas no Programa sente que os alunos aprenderam mais? Porquê? B1.

---

9. Em quais das temáticas lecionadas no Programa sente que os alunos têm mais dificuldades de aprendizagem? Porquê? B1.

## **II. *Motivação e Envolvimento***

10. Avalie de 1 (Pouco Importante) a 5 (Muito Importante) o grau de importância em formar os alunos nas temáticas lecionadas no Programa "Eu Passo"? A9.

---

11. Na sua opinião, em quais das temáticas lecionadas no Programa é mais importante formar os alunos? Porquê? A9.

---

12. Na sua opinião, existe alguma outra temática não abrangida pelo Programa que ache que deveria fazer parte do mesmo? Por favor, exemplifique. A9.

---

13. Avalie de 1 (Pouco Elevada) a 5 (Muito Elevada) a qualidade da formação e metodologias utilizadas pela Associação Prevenir. A8.

---

14. Na sua opinião, acha que deveria existir mais colaboração entre a Associação Prevenir e os Professores? Por favor exemplifique. A8.

---

15. Se tivesse oportunidade de escolher, gostaria de se manter no programa? Porquê? A10.

---

16. Se por alguma razão deixar de participar no Programa, estaria disposta a continuar a utilizar as metodologias do mesmo nas aulas? Por favor, exemplifique. A10.

---

17. Tem utilizado materiais suplementares, aos desenvolvidos pela Associação Prevenir, no leccionamento das temáticas? Por favor, exemplifique. A6.

---

---

18. Porque decidiu desenvolver esses materiais e de que maneira são eles diferentes dos desenvolvidos pela Associação Prevenir? A6.

---

19. Tem envolvido de alguma forma outros professores, alunos ou familiares no Programa "Eu Passo"? Por favor, exemplifique. A5.

---

20. Qual a reação destas pessoas quando têm conhecimento do Programa? Mostram interesse em se envolverem de alguma forma? A5.

---

21. Em relação à participação dos alunos nas aulas, parece-lhe que esta diminuiu, aumentou ou manteve-se igual, desde o início do programa? E2.

---

---

22. Em relação à participação dos alunos fora das aulas (trabalhos de casa), parece-lhe que esta diminuiu, aumentou ou manteve-se igual, desde o início do programa? E1.

---

23. Os familiares dos alunos têm participado no Programa? De que forma? C2.

### **III. Mudanças Comportamentais**

24. Em quais das temáticas lecionadas no programa, tem notado melhorias no comportamento dos alunos? Por favor, exemplifique, D1.

---

25. Em quais das temáticas lecionadas foi mais difícil para os alunos cumprirem os *objetivos* definidos nos contratos? Por favor exemplifique. D1.

---





## 7.8. Guião das entrevistas feitas aos alunos sobre o Programa “Eu Passo...”

### Objetivos

Esta entrevista tem como *objetivo* principal recolher informação qualitativa complementar que permita validar o sistema de indicadores definido para o programa "Eu Passo".

Nomeadamente sobre a motivação dos atores-chave no programa, o seu grau de participação e envolvimento bem como as mudanças verificadas, ou não, no seu comportamento.

### Estrutura

A entrevista será dividida em 3 partes, uma introdução onde se explicam os *objetivos* e duração da mesma, uma fase de perguntas, e uma conclusão onde se dá oportunidade a comentários complementares.

A fase de perguntas deverá ser constituída, maioritariamente por perguntas abertas e algumas fechadas procurando dar palavra ao entrevistado de forma a que este possa destacar os pontos que lhe pareçam mais importantes.

### Duração

A entrevista deverá durar no máximo 45 minutos (duração da aula de educação cívica), incluindo introdução, perguntas e conclusão.

Assumindo que cada pergunta durará aproximadamente 2 minutos o número de perguntas não deverá ultrapassar as 20.

### Lista de Perguntas

### Indicadores

**I. Objetivos do Programa**

1. Avalia de 1 (Aprendi Pouco) a 5 (Aprendi Muito) a evolução do teu conhecimento sobre as temáticas do Programa desde o início da tua participação. B1.

---

2. Em quais das temáticas lecionadas sentes que aprendeste mais? Porquê? B1.

---

3. Em quais destas temáticas tiveste mais dificuldades de aprendizagem? Porquê? B1.

---

4. Já participaste em algum outro programa parecido com o programa "Eu Passo"? Qual? B1.

---

---

5. Em comparação com o programa "Eu Passo", em que programa aprendeste mais? Porquê? B1.

**II. *Motivação e Envolvimento***

6. É importante para ti aprender sobre os temas lecionados no programa "Eu Passo"? Porquê? E3.

---

7. Sobre quais temas gostaste mais de aprender? Porquê? E3.

---

8. Sobre que temas lecionados tinhas mais dúvidas? Porquê? E3.

---

9. Existe algum outro tema não abrangido pelo Programa sobre o qual gostarias de aprender? Por favor, exemplifica. E3.

- 
10. Comparativamente a outras disciplinas, achas que as aulas de educação cívica são menos, mais ou igualmente dinâmicas? A7.
- 
11. Que diferenças existem na forma de ensinar dos professores nas aulas de educação cívica? A7.
- 
12. Avalia de 1 (Participo Pouco) a 5 (Participo Muito) o teu nível de participação nas aulas de educação cívica. E2.
- 
13. Em comparação com outras aulas, a tua participação na aula de educação cívica é menos, mais ou igualmente ativa? Porquê? E2.

### III. Mudanças Comportamentais

14. Achas que o Programa tem ajudado a prevenir ou resolver alguns problemas que tu ou os teus colegas enfrentam na escola? Por favor, exemplifica. D1.

---

15. Tens conseguido cumprir os *objetivos* a que te propuseste no início? Porquê? D1.

---

16. Tens falado sobre o programa e os temas lecionados com os teus familiares? Qual a reação deles por estares a aprender sobre estes temas? B3.

---

17. Achas que os teus pais ou familiares também têm aprendido algo de novo em relação às temáticas lecionadas? Por favor, exemplifica. B3.

---

---

18. Tens envolvido os teus pais ou familiares no Programa, seja através de trabalhos de casa ou outras atividades feitas em conjunto? C2.  
Por favor, exemplifica.

---

## 7.9. Guião do focus group feito aos professores sobre o Programa “Eu Passo...”

### Objetivos

Este focus group tem como *objetivo* principal recolher informação qualitativa complementar que permita validar o sistema de indicadores definido para o programa "Eu Passo".

Nomeadamente sobre a motivação dos atores-chave no programa, o seu grau de participação e envolvimento bem como as mudanças verificadas, ou não, no seu comportamento.

### Estrutura

O focus group será dividido em 3 partes, uma introdução onde se explicam os *objetivos* e duração da mesma, uma fase de atividades, e uma conclusão onde se dá oportunidade a comentários complementares.

A fase de atividades deverá ser constituída por 3 atividades. Cada atividade deve conter um conjunto de perguntas subjacentes que o moderador deverá fazer para obter mais informação e mais dados específicos sobre os indicadores a avaliar.

O mediador deverá ter um papel pouco participativo durante o processo, deverá promover o debate de ideias e a discussão de diferentes pontos de visto e deverá interferir apenas para deixar esclarecer dúvidas e dar a palavra aos participantes menos ativos.

### Duração

O focus group deverá durar aproximadamente entre 60 a 90 minutos, incluindo introdução, perguntas e conclusão.

As atividades a desenvolver deverão ser no máximo 3, assumindo que cada atividade durará aproximadamente 30 minutos.



## Lista de Atividades

## Indicadores

### *1. Escolher os 2 temas mais importantes dos 7 lecionados no Programa e debater as razões dessa escolha.*

1. Quais os temas mais importantes? Escrever em poucas palavras o porquê e explicar.

A9.

---

2. Existe algum outro que não seja lecionado e considerem importante? Porquê?

A9.

---

3. Açam que os temas escolhidos são aqueles que os alunos consideram mais importantes? Porquê?

E3.

---

4. Notam que os alunos participam mais ou têm mais dúvidas nas aulas destes temas?

E2.

**II. Escolher 1 tema que tenham sentido facilidade em lecionar e outro que tenham sentido dificuldade.**

5. Escrever em poucas palavras as razões das escolhas e explicar o porquê. B2.

---

6. Partilhar algumas soluções encontradas pelos professores para ultrapassar as dificuldades. B2.

---

7. Outras sugestões relacionadas com a formação e metodologia da Prevenir? Mais tempo? Mais apoio? A8.

---

8. Existem outros programas que ultrapassam estas dificuldades? Quais e como? A8.

---

**III. Escolher 1 tema e identificar uma melhoria verificada no comportamento dos alunos em relação à temática.**

9. Descrever um impacto, um resultado ou uma alteração no comportamento dos alunos devido ao leccionamento daquela temática. D1.

- 
10. Em relação aos *objetivos* definidos no princípio do ano pelos alunos, qual o seu grau de cumprimento? Quais as maiores dificuldades? D1.
-



### 7.10. Avaliação “EU PASSO...” (Professores)

Escola \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Nome do Professor \_\_\_\_\_

Nome do Aluno \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_ F

**Mediante as questões expostas na grelha, marque com X a opção que melhor caracterizar o aluno, de acordo com o seu conhecimento do mesmo.**

	Nunca	Poucas Vezes	Algumas Vezes	Muitas Vezes	Sempre
1. Costuma passar tempo com os outros colegas/ amigos?					
2. É bem comportado, não costuma estar envolvido em conflitos?					
3. Procura o apoio dos colegas/ amigos quando tem algum problema ou está desanimado?					
4. Sente-se à-vontade quando tem de falar ou se relacionar com colegas de sexo oposto?					
5. Tenta dar atenção e cuida do seu corpo (evita magoá-lo, tenta protegê-lo, etc.)?					
6. Consegue expressar suas ideias e opiniões e é respeitado pelos colegas e					

amigos?					
7. Esforça-se por cumprir as tarefas, não desiste facilmente perante as dificuldades?					
8. É popular junto das raparigas/ dos rapazes?					
9. É ativo, pratica exercício ou atividade física?					

	<b>Nunca</b>	<b>Poucas Vezes</b>	<b>Algumas Vezes</b>	<b>Muitas Vezes</b>	<b>Sempre</b>
10. A família promove hábitos de vida saudáveis: rotinas de sono, alimentação saudável, higiene, etc.?					
11. Colabora naquilo que lhe é pedido, é participativo?					
12. Costuma usar roupa apropriada, evita usar roupa incómoda ou provocante apenas por moda?					
13. Os outros (colegas, amigos, etc.) gostam de falar e passar tempo com ele?					
14. Suspeita que fuma, bebe álcool e/ ou consome algum outro tipo de substância tóxica?					
15. Preocupa-se por ter um aspeto cuidado/ estar apresentável?					
16. É respeitado pelos colegas e amigos, não costuma ser alvo de gozo por parte deles?					
17. Não faz coisas que não quer só para ser aceite pelos amigos/ colegas?					
18. Costuma respeitar as opiniões e os gostos dos outros?					
19. Desfruta das atividades propostas, tem interesse em aprender coisas novas?					
20. Fala com os outros (e.g. professores, amigos, colegas, outros adultos) do que sente e gosta?					

21. Esforça-se por manter hábitos alimentares adequados (come fruta e vegetais, bebe água, etc.)?					
	<b>Nunca</b>	<b>Poucas Vezes</b>	<b>Algumas Vezes</b>	<b>Muitas Vezes</b>	<b>Sempre</b>
22. Participa em atividades, brincadeiras e jogos em grupo?					
23. Tem bons hábitos de higiene, é asseado (e.g. anda limpo, não apresenta odores desagradáveis)?					
24. Costuma falar com a família quando tem algum problema, acha que tem um bom relacionamento com a família?					
25. Preocupa-se com os outros, dá valor à amizade?					
26. Está satisfeito com seu corpo, aceita as mudanças físicas sem se sentir incomodado ou embaraçado?					
27. Gosta de estudar, motiva-se e esforça-se por aprender?					
28. Costuma pensar antes de tomar uma decisão, reflete, não é impulsivo?					
29. A família preocupa-se com seu desempenho escolar (e.g. participa nas reuniões, vem à escola quando solicitada)?					
30. Se tiver uma opinião diferente dos colegas, é capaz de expressar o que sente?					
31. Expressa desaprovação ou desagrado relativamente ao consumo de álcool, tabaco					

ou outro tipo de substâncias tóxicas?					
32. Considera que é um jovem que procura promover a sua saúde e a dos outros (e.g. procura trazer alimentos saudáveis para o lanche, fala de hábitos de vida saudáveis à família e amigos/ colegas)?					





### 7.11. “EU PASSO...” - Hábitos de Vida Saudáveis (Alunos)

Escola \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Nome \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_ F  M

	Nunca	Algumas Vezes	Bastante	Muito
1. Lembras-te de lavar os dentes depois das refeições?				
2. Tentas evitar comer bolos e guloseimas?				
3. Preocupas-te por ter um aspeto cuidado/ estar apresentável?				
4. Costumas comer fruta todos os dias?				
5. Tentas dar atenção/ cuidar o teu corpo? (e.g. evitas magoá-lo, tentas protegê-lo)				
6. Costumas falar com a tua família do teu dia- a-dia, das coisas que te acontecem?				
7. Costumas lavar as mãos antes das refeições?				
8. Consegues evitar comer batatas fritas, snacks e aperitivos?				
9. Costumas dedicar tempo ao estudo/ fazer os trabalhos para casa todos os dias?				
10. Costumas comer vegetais e legumes em casa?				
11. Tentas não usar sapatos ou roupa muito apertada/ coisas incómodas ou andar pouco(a) agasalhado(a) apenas por ser moda?				

12. Praticas desporto fora da escola?				
13. Procuras não ir a restaurantes de "fast-food"?				
14. Gostas de fazer atividades e jogos em grupo, com amigos e colegas?				
15. Durante a semana vês poucas horas de TV (menos de 2 horas diariamente)?				
16. Costumas falar com os teus amigos do que sentes e gostas?				
	<b>Nunca</b>	<b>Algumas Vezez</b>	<b>Bastante</b>	<b>Muito</b>
17. Costumas fazer passeios, ir à praia ou parques com a tua família ao fim-de-semana?				
18. Costumas dormir pelo menos 8 horas todos os dias?				
19. Depois de uma atividade física/ jogos, tentas refrescar-te, lavar-te?				
20. Evitas beber refrigerantes?				
21. Quando os teus colegas têm opiniões ou ideias diferentes das tuas, respeitas e não os levas a fazer as coisas que tu queres?				
22. Costumas fazer as refeições em conjunto com a tua família?				
23. Sentes-te fisicamente bem (forte e saudável)?				
24. Costumas ter cuidado com a tua pele (e.g. lavá-la, usar cremes hidratantes, cuidar das feridas, etc.)?				
25. Preocupas-te com os teus amigos, tentas ouvi-los e passar tempo com eles?				
26. Costumas tomar o pequeno-almoço?				

27. Comes devagar e sem "pressas" para ires fazer outra atividade a seguir (e.g. brincar, ver TV, etc.)?				
28. No teu tempo livre tentas não passar muito tempo no computador?				
29. Preocupas-te com a tua família, procuras apoiar algum familiar quando este precisa de ajuda?				
30. Costumas participar em atividades, brincadeiras e jogos em grupo?				
31. Tens interesses e gostos idênticos aos da tua família, divertes-te quando estás com os teus familiares?				
32. Dás prioridade ao estudo, fazes os trabalhos de casa ou estudas para os testes, sem estar apressado para ires divertir-te?				
33. Evitas fazer ou experimentar coisas que não gostas ou que tens receio de fazer, só porque está na moda ou porque todos o fazem?				



## 7.12. Avaliação “EU PASSO...” (Alunos)

Escola \_\_\_\_\_ Turma: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

Nome/ Código \_\_\_\_\_ Idade \_\_\_\_\_ F  M

	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>
1. Os teus pais praticam desporto?		
2. Costumas procurar o apoio da tua família quando algo de mau te acontece?		
3. Gostas de praticar atividades radicais e experimentar coisas novas que impliquem risco?		
4. Os teus amigos gozam/ fazem troça dos colegas que são diferentes?		
5. Ficas aborrecido(a) com facilidade, sem saber o que fazer ou com o que jogar para te divertires?		
6. A tua família preocupa-se com teus estudos, ajudam-te a tirar dúvidas para que percebas a matéria e tires boas notas?		
7. Participas em atividades culturais extra-escolares (ex. Escuteiros, cursos de Inglês, Música, Teatro, etc.)?		
8. Desistes logo à primeira quando estás a estudar e não consegues perceber ou quando não gostas da matéria?		
9. Os teus amigos gostam de estudar e tiram boas notas?		
10. Achas que os colegas mais “rebeldes” são os mais divertidos?		
11. Achas que beber álcool apenas nos fins-de-semana não faz mal?		
12. Gostas mais do teu corpo atualmente do que antes, quando eras mais novo(a)?		

13. Os teus amigos portam-se mal, gostam de fazer coisas para chamar a atenção?		
14. Achas que com tabaco e com álcool as festas são mais divertidas?		
15. Quando queres expressar a tua opinião, pensas que os outros vão criticar-te ou gozar contigo e acabas por não dizer nada?		
16. A tua família procura estabelecer regras e rotinas diárias (e.g. tens horas definidas para fazer os trabalhos de casa, para as refeições, para ir dormir)?		
17. Quando não queres participar numa atividade que os teus amigos pretendem fazer, consegues dizer: “Eu não quero!”?		
18. O teu pai ou mãe fuma?		
19. Durante as refeições a tua família aproveita para conversar e partilhar o que aconteceu durante o dia?		

	<b>SIM</b>	<b>NÃO</b>
20. Falas com os teus amigos/ colegas quando não te sentes bem ou quando tens algum problema?		
21. Procuras entender/ compreender os outros como são e aceitar que podem ser diferentes?		
22. Se os teus amigos fumassem, tu fumarias?		
23. Tentas ouvir a opinião dos outros e aceitas que não pensem como tu?		
24. Achas que os estudos são importantes para o futuro, para conseguir, por exemplo, um bom emprego?		
25. Na tua família costumam tomar as refeições em conjunto?		
26. Ficas incomodado(a) porque os outros jovens estão a desenvolver-se fisicamente mais depressa do que tu?		
27. Preocupas-te e cuidas da tua aparência e da tua imagem para te sentires bem fisicamente?		
28. Quando vês que os teus amigos/ colegas estão a fazer algo que está errado, dizes-lhes: “Não devem fazer isso!”, “É melhor não o fazer, não é certo!”.		
29. Achas que deves ter namorado(a), porque os(as) teus(tuas) amigos(as) já têm?		
30. Costumas falar com a tua família do que sentes e/ ou gostas?		
31. Quando tens de resolver um problema não ficas atrapalhado(a), consegues pensar e tomar uma decisão?		
32. Gostas de aprender coisas e achas importante estudar?		
33. Se estiveres numa festa e os teus amigos beberem álcool, tu também bebes, para não seres “posto de lado” pelo grupo?		
34. Sentes-te bem com o teu aspeto físico, gostas do teu corpo?		
35. Achas que os jovens resistem melhor aos efeitos do álcool?		

36. A tua família dá-te dinheiro semanal/ mensalmente, embora controle e te oriente no gasto do mesmo?		
37. Quando tens de decidir algo, procuras pensar nas alternativas para poderes resolver a situação/ problema da melhor forma?		
38. Gostas de teu corpo, estás contente com as mudanças que têm ocorrido nele?		
39. Quando tens de decidir algo, pensas nas consequências que a tua decisão pode ter?		
40. Sentes-te incomodado(a) com as alterações que estão a ocorrer no teu corpo?		
41. Sentes-te atrapalhado(a) ou envergonhado(a) quando tens de falar ou te relacionar com pessoas do sexo oposto?		
42. Achas que fumar é “fixe”?		
43. Achas que o álcool ajuda as pessoas a serem mais divertidas e sociáveis?		