
Programa Cuida-te | Medida 2 – Intervenção Comunitária

Procedimentos para Candidaturas



Fatores de Risco e de Proteção para a Saúde Mental e o Bem-Estar nos Jovens

Fatores de Risco

- Género feminino
- Puberdade precoce
- Temperamento rígido: inflexibilidade, humor pouco positivo, tendência para desistir e baixa capacidade de concentração
- Baixa auto-estima, incompetência percebida, pessimismo, inferência negativa
- Ansiedade
- Distímia e queixas depressivas
- Vinculação insegura
- Fracas competências sociais: comunicação e resolução de problemas
- Necessidade de aprovação constante
- Timidez
- Lesão cerebral
- Consumo precoce de substâncias psicoativas

Fatores de Proteção

- Desenvolvimento físico (hábitos de saúde, competências de gestão de risco)
- Desenvolvimento intelectual (vida em geral, escola, competências vocacionais, raciocínio crítico; competências e conhecimento culturais)
- Desenvolvimento psicológico e emocional (auto-regulação, coping, responsabilidade, resolução de problemas, motivação, sucesso, valores e moralidade)
- Desenvolvimento social (conexão com os pares, família, comunidade, entidades,...)

Fatores Individuais

Fatores Familiares

Fatores Académicos ou Comunitários

- Depressão parental
- Conflitos entre pais e filhos
- Baixas competências parentais
- Ambiente familiar adverso (que pode incluir consumo de substâncias por parte de progenitores)
- Maus-tratos
- Família mono-parental (apenas para jovens do sexo feminino)
- Divórcio
- Conflitos conjugais
- Conflitos familiares
- Progenitor que sofre de ansiedade
- Desemprego dos pais
- Monitorização parental pouco consistente/sistemática
- Membro da família com doença mental
- Depressão de progenitores
- Abuso sexual

- Segurança física e psicológica
- Estrutura apropriada (limites, regras, supervisão, rotinas/comportamentos/regras previsíveis)
- Relações de suporte
- Oportunidades de pertença (formação da identidade sociocultural, inclusão, etc)
- Normas sociais positivas e claras (expectativas e valores)
- Suporte para a eficiência e para o "fazer a diferença"
- Oportunidades de desenvolvimento de competências
- Esforços para a integração na família, na escola e na comunidade
- Equilíbrio autonomia (comportamental e emocional) e relação com a família

- Rejeição pelos pares
- Eventos stressantes
- Fraco desempenho académico
- Pobreza
- Eventos traumáticos ao nível comunitário ou escolar
- Violência
- Consumo de substâncias psicoativas dos pares
- Normas sociais de permissividade face ao consumo de substâncias psicoativas
- Ambientes urbanos
- Comportamentos desviantes por parte dos pares
- Ausência de relações próximas com pares ou outros significativos

- Segurança física e psicológica
- Estrutura apropriada (limites, regras, supervisão, rotinas/comportamentos/regras previsíveis)
- Relações de suporte
- Oportunidades de pertença (formação da identidade sociocultural, inclusão, etc)
- Normas sociais positivas (expectativas e valores)
- Suporte para a eficiência e para o "fazer a diferença"
- Oportunidades de desenvolvimento de competências
- Esforços para a integração na família, na escola e na comunidade
- Oportunidades para exploração
- Conexão com adultos significativos/ mentores fora da família

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK32792/table/ch4.t1/?report=objectonly>

Adaptado de O'Connell, M. E., Boat, T., & Warner, K. E. (2009). *Preventing mental, emotional, and behavioral disorders among young people: Progress and possibilities*. Washington, DC: The National Academies Press; and U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2009). *Risk and protective factors for mental, emotional, and behavioral disorders across the life cycle*.

<https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/risk-and-protective-factors-youth>

1. Introdução

<https://ipdj.gov.pt/medida-2-intervencao-comunitaria>

https://ipdj.gov.pt/c/document_library/get_file?uuid=b24dd4fb-4865-f243-935f-585c3c224e59&groupId=20123

i) Estabelecimentos de ensino básico, secundário ou superior;

ii) Associações e federações de associações de jovens inscritas no Registo Nacional do Associativismo Jovem (RNAJ), salvaguardando o disposto no artigo 3.º da [Lei n.º 23/2006](#), de 23 de junho, na sua versão atual;

iii) Organizações não-governamentais (ONG);

iv) Instituições particulares de solidariedade social (IPSS);

v) Autarquias locais;

vi) Outras entidades privadas, com ou sem fins lucrativos, que prossigam os objetivos enquadrados nas áreas de intervenção do Programa, devidamente comprovado pelos respetivos estatutos;



PARTE 1 – Dados gerais do Projeto e da Entidade Organizadora

Requisitos

Requisito 1:

Projetos de intervenção comunitária, alinhados com as melhores práticas da área em questão, com vista a assegurar resultados mais efetivos e duradouros, e que, cumulativamente:

- a) focalização
- b) promoção de fatores de proteção
- c) intensidade regular
- d) quadro conceptual e metodológico;
- e) multicomponentes
- f) flexibilidade
- g) Modelo Lógico;
- h) avaliação
- i) formação em prevenção / promoção da saúde.



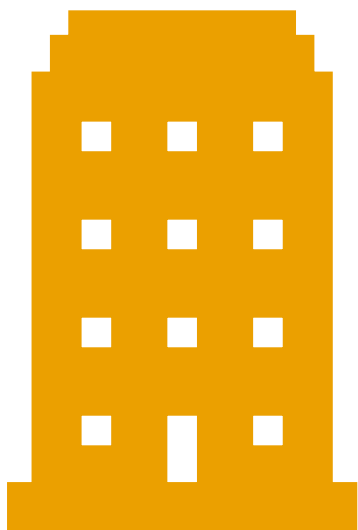
Requisitos

Requisito 2:

Segundo as melhores práticas no âmbito da prevenção, as entidades organizadoras ou pelo menos um dos elementos do consórcio das entidades organizadoras titulares selecionadas deverão ter um **histórico de intervenção preventiva na área da saúde** comprovadamente validada pela evidência.



1.1 Designação da entidade organizadora ou entidade organizadora titular



- a) Nome
- b) Morada, Código Postal, Localidade, Concelho, Distrito
- c) Tipo de entidade
 - Estabelecimentos de ensino básico, secundário ou superior;
 - Associações e federações de associações de jovens inscritas no Registo Nacional do Associativismo Jovem (RNAJ), salvaguardando o disposto no artigo 3.º da Lei n.º 23/2006, de 23 de junho, na sua versão atual;
 - Organizações não-governamentais (ONG);
 - Instituições particulares de solidariedade social (IPSS);
 - Autarquias locais;;
 - Outras entidades privadas, com ou sem fins lucrativos, que prossigam os objetivos enquadrados nas áreas de intervenção do Programa, **devidamente comprovado pelos respetivos estatutos.**

1.2 Categorias a que se candidata

a) Categoria A (famílias de jovens) e Categoria B (jovens dos 12 aos 30 anos);

b) Categoria B (jovens dos 12 aos 30 anos) e Categoria C (contextos comunitários).

Fatores de Risco e de Proteção para a Saúde Mental e o Bem-Estar nos Jovens

Fatores de Risco

- Género feminino
- Puberdade precoce
- Temperamento rígido: inflexibilidade, humor pouco positivo, tendência para desistir e baixa capacidade de concentração
- Baixa auto-estima, incompetência percebida, pessimismo, inferência negativa
- Ansiedade
- Distímia e queixas depressivas
- Vinculação insegura
- Fracas competências sociais: comunicação e resolução de problemas
- Necessidade de aprovação constante
- Timidez
- Lesão cerebral
- Consumo precoce de substâncias psicoativas

Fatores de Proteção

- Desenvolvimento físico (hábitos de saúde, competências de gestão de risco)
- Desenvolvimento intelectual (vida em geral, escola, competências vocacionais, raciocínio crítico; competências e conhecimento culturais)
- Desenvolvimento psicológico e emocional (auto-regulação, coping, responsabilidade, resolução de problemas, motivação, sucesso, valores e moralidade)
- Desenvolvimento social (conexão com os pares, família, comunidade, entidades,...)

Fatores Individuais

Fatores Familiares

- Depressão parental
- Conflitos entre pais e filhos
- Baixas competências parentais
- Ambiente familiar adverso (que pode incluir consumo de substâncias por parte de progenitores)
- Maus-tratos
- Família mono-parental (apenas para jovens do sexo feminino)
- Divórcio
- Conflitos conjugais
- Conflitos familiares
- Progenitor que sofre de ansiedade
- Desemprego dos pais
- Monitorização parental pouco consistente/sistemática
- Membro da família com doença mental
- Depressão de progenitores
- Abuso sexual

- Segurança física e psicológica
- Estrutura apropriada (limites, regras, supervisão, rotinas/comportamentos/regras previsíveis)
- Relações de suporte
- Oportunidades de pertença (formação da identidade sociocultural, inclusão, etc)
- Normas sociais positivas e claras (expectativas e valores)
- Suporte para a eficiência e para o “fazer a diferença”
- Oportunidades de desenvolvimento de competências
- Esforços para a integração na família, na escola e na comunidade
- Equilíbrio autonomia (comportamental e emocional) e relação com a família

Fatores Académicos ou Comunitários

- Rejeição pelos pares
- Eventos stressantes
- Fraco desempenho académico
- Pobreza
- Eventos traumáticos ao nível comunitário ou escolar
- Violência
- Consumo de substâncias psicoativas dos pares
- Normas sociais de permissividade face ao consumo de substâncias psicoativas
- Ambientes urbanos
- Comportamentos desviantes por parte dos pares
- Ausência de relações próximas com pares ou outros significativos

- Segurança física e psicológica
- Estrutura apropriada (limites, regras, supervisão, rotinas/comportamentos/regras previsíveis)
- Relações de suporte
- Oportunidades de pertença (formação da identidade sociocultural, inclusão, etc)
- Normas sociais positivas (expectativas e valores)
- Suporte para a eficiência e para o “fazer a diferença”
- Oportunidades de desenvolvimento de competências
- Esforços para a integração na família, na escola e na comunidade
- Oportunidades para exploração
- Conexão com adultos significativos / mentores fora da família

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK32792/table/ch4.t1/?report=objectonly>

Adaptado de O'Connell, M. E., Boat, T., & Warner, K. E., (2009). *Preventing mental, emotional, and behavioral disorders among young people: Progress and possibilities*. Washington, DC: The National Academies Press; and U.S. Department of Health and Human Services, Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2009). *Risk and protective factors for mental, emotional, and behavioral disorders across the life cycle*.

<https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/risk-and-protective-factors-youth>

1.3 Documentos comprovativos das condições de elegibilidade da entidade organizadora ou do consórcio

DECLARAÇÃO NÃO
DÍVIDA AUTORIDADE
TRIBUTÁRIA

DECLARAÇÃO NÃO
DÍVIDA À
SEGURANÇA SOCIAL

1.4 Identificação da entidade organizadora ou de cada membro do consórcio:

Para cada membro do consórcio, indicar:

- a) Denominação Completa da Entidade

- b) Morada, Código Postal, Localidade, Concelho, Distrito

- c) Responsável Legal da Entidade perante a Candidatura na Entidade
 - a. Nome Completo

 - b. Cargo

1.5 Identificação do Projeto

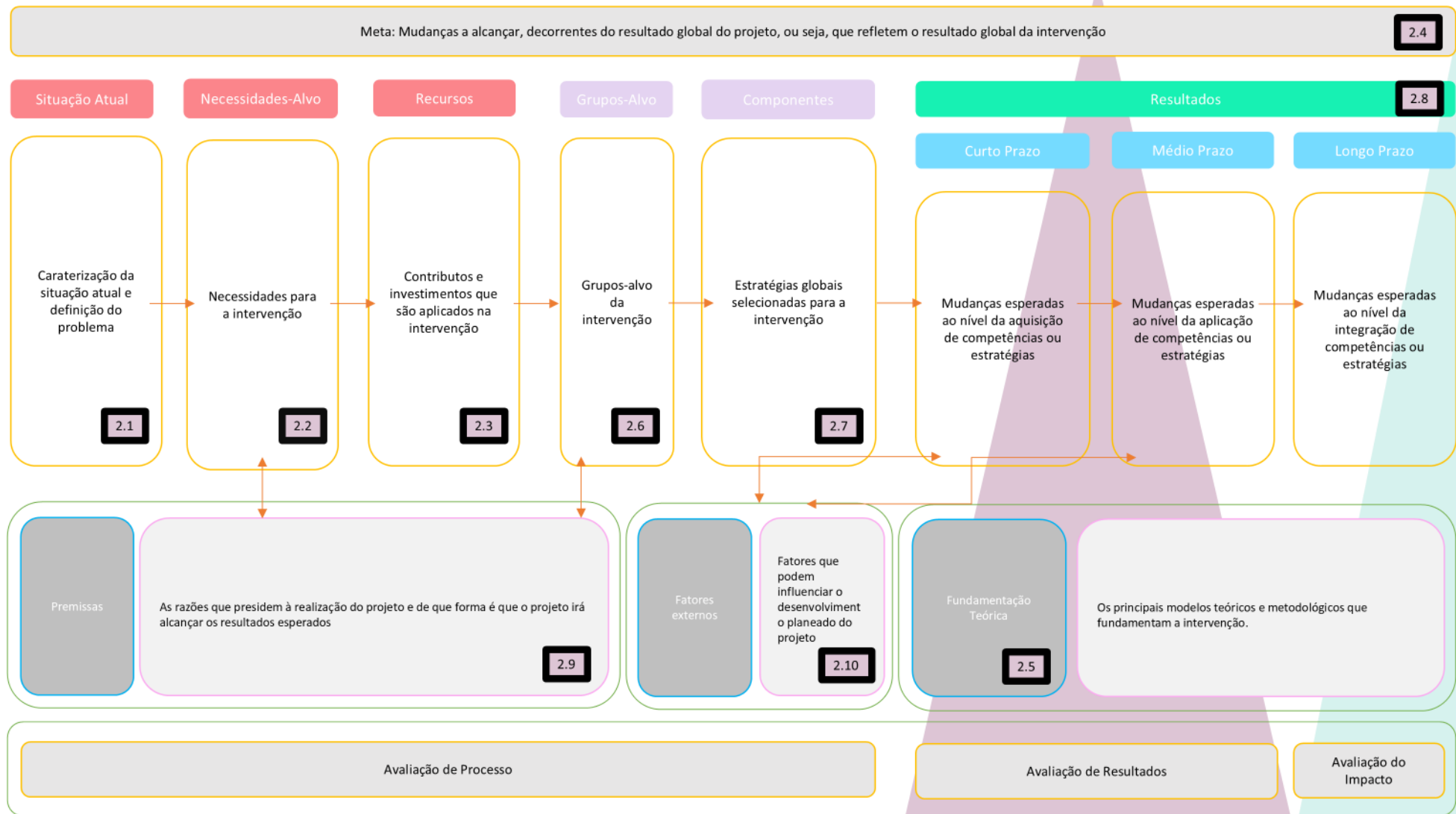
Nome do Projeto

Local de implementação

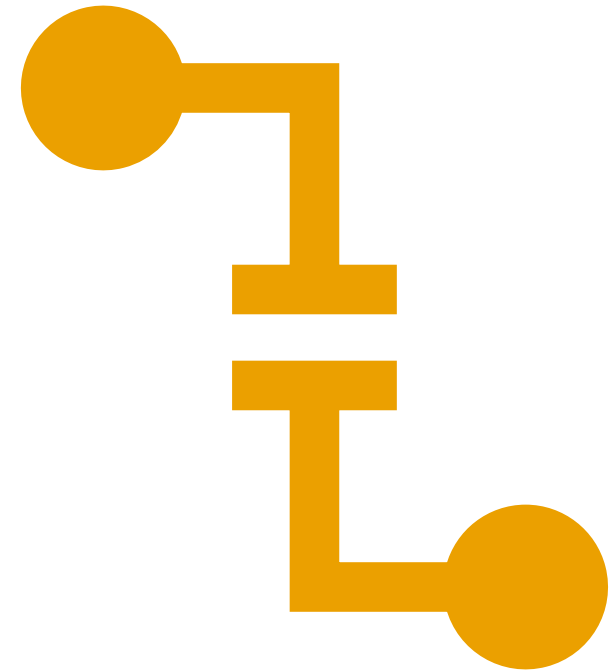
Coordenador do Projeto

PARTE 2 – Modelo Lógico





2.1 Caracterização da situação atual e definição do problema



2.1.1. Definição do problema

Dados atualizados sobre o problema na comunidade local (incidência, prevalência, etc);

Intervenções já realizadas na comunidade e resultados alcançados.

2.1.2. Caracterização do(s) grupo(s) de risco ao nível da sua vulnerabilidade e das suas forças

Características individuais

Características do grupo

Inserção do grupo na comunidade

Perceção do grupo face à comunidade

Perceção da comunidade face ao grupo

Perceção do grupo face a si próprio

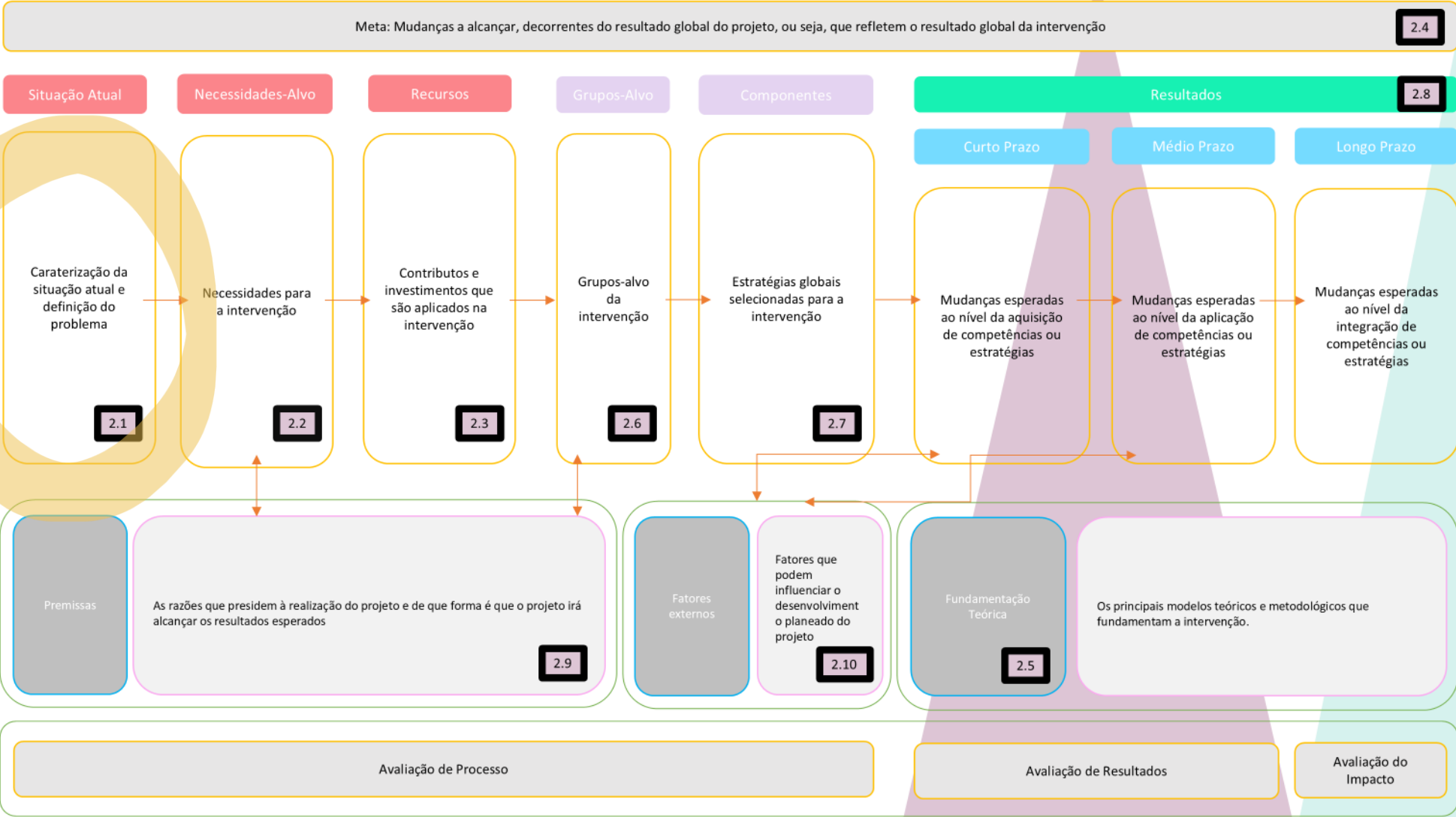
Disponibilidade para participar no projeto

• ...

2.1.3. Identificação dos recursos disponíveis:

Enumerar e especificar quais os recursos técnicos, financeiros e logísticos existentes, disponíveis e relevantes

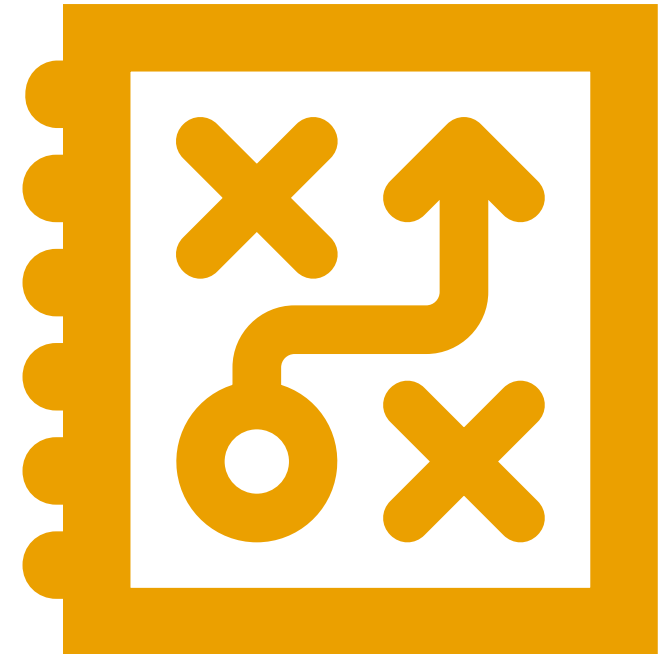


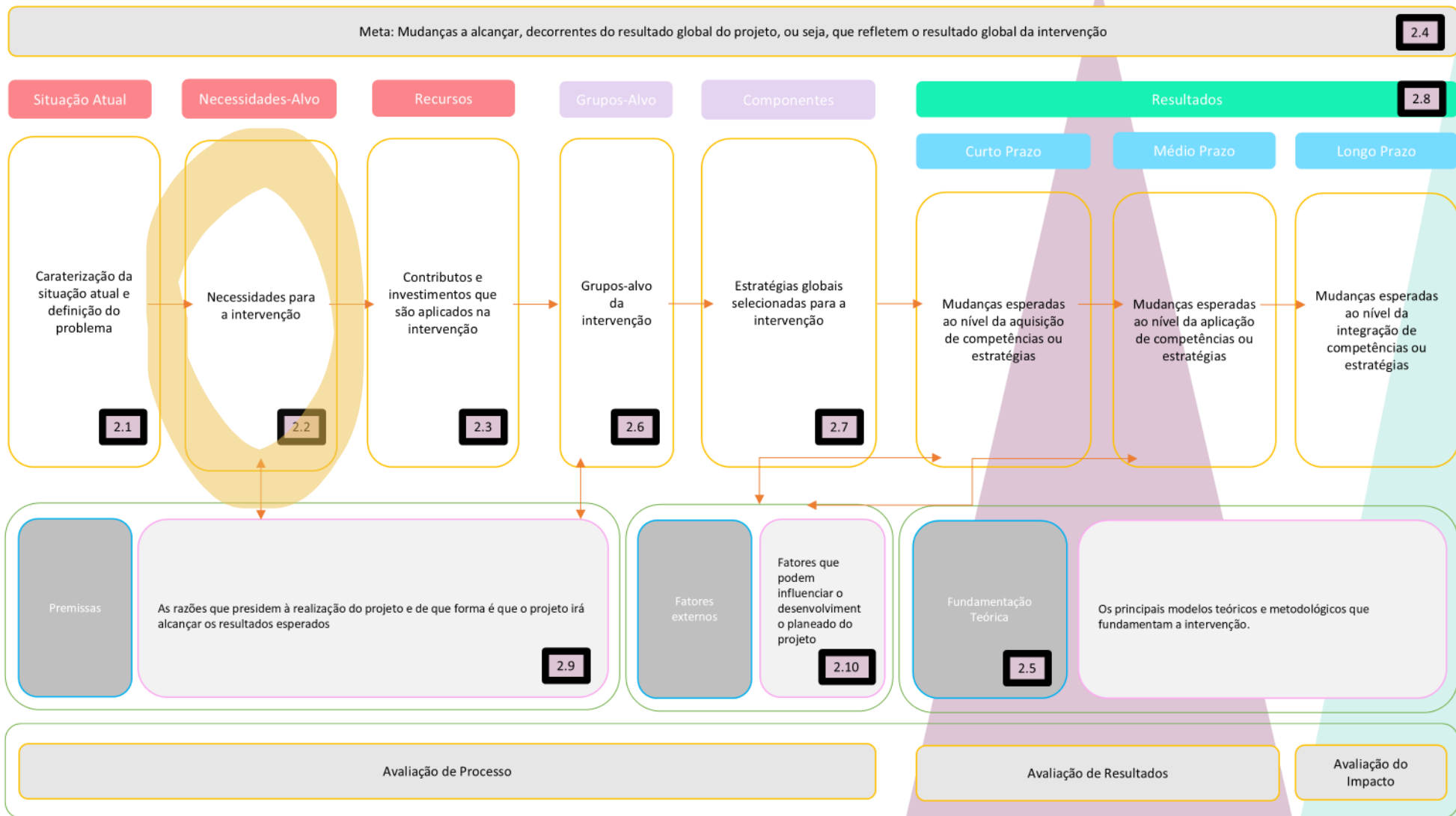


2.2 Necessidades-alvo:

Priorizá-las com base nos seguintes aspetos:

- Prevalência dos fatores de risco no grupo-alvo;
- Fatores de risco que estão já a ser alvo de intervenção;
- Fatores de risco e fatores de proteção para a saúde mental e o bem-estar de jovens, tendo em conta os recursos e o tempo disponíveis;
- Influência das dinâmicas locais na resolução do problema;
- ...





2.3 Recursos:



- N.º total de técnicos;



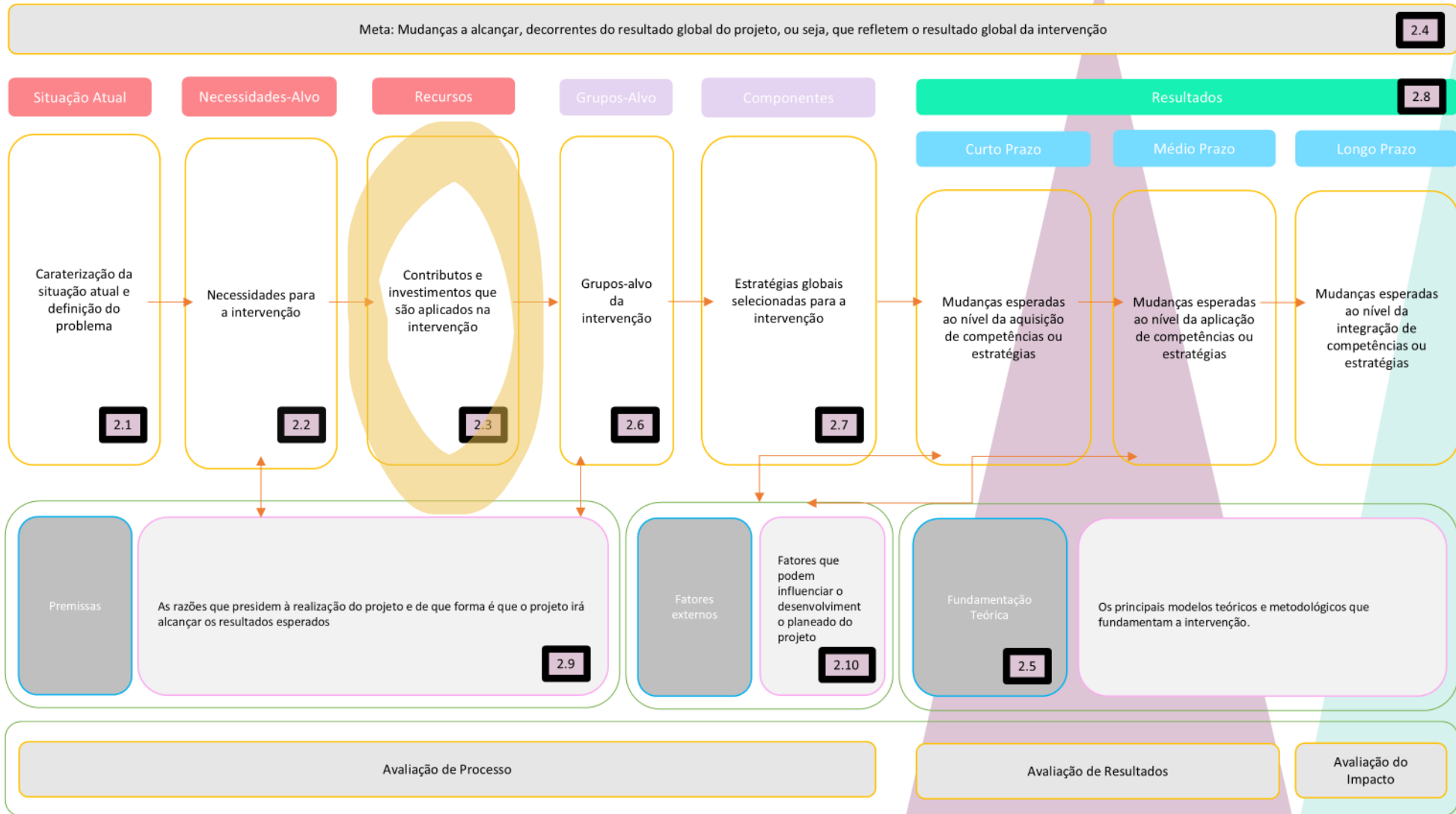
- Tipo de equipamentos e materiais;



- Custo total do projeto;



- ...



2.4 Meta:



Considerando-se as necessidades-alvo e os recursos, é necessário equacionar as mudanças globais que se pretendem atingir com a intervenção.

Meta: Mudanças a alcançar, decorrentes do resultado global do projeto, ou seja, que refletem o resultado global da intervenção

2.4

Situação Atual

Necessidades-Alvo

Recursos

Grupos-Alvo

Componentes

Resultados

2.8

Curto Prazo

Médio Prazo

Longo Prazo

Caraterização da situação atual e definição do problema

2.1

Necessidades para a intervenção

2.2

Contributos e investimentos que são aplicados na intervenção

2.3

Grupos-alvo da intervenção

2.6

Estratégias globais selecionadas para a intervenção

2.7

Mudanças esperadas ao nível da aquisição de competências ou estratégias

Mudanças esperadas ao nível da aplicação de competências ou estratégias

Mudanças esperadas ao nível da integração de competências ou estratégias

Premissas

As razões que presidem à realização do projeto e de que forma é que o projeto irá alcançar os resultados esperados

2.9

Fatores externos

Fatores que podem influenciar o desenvolvimento o planeado do projeto

2.10

Fundamentação Teórica

Os principais modelos teóricos e metodológicos que fundamentam a intervenção.

2.5

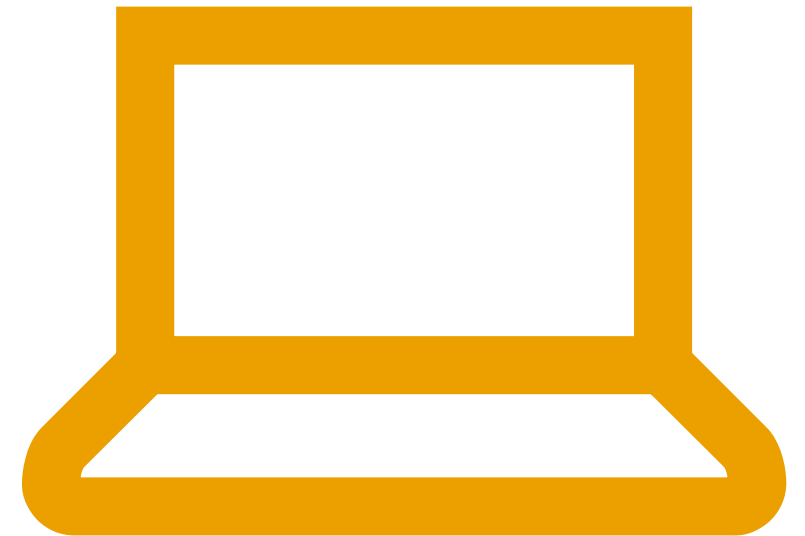
Avaliação de Processo

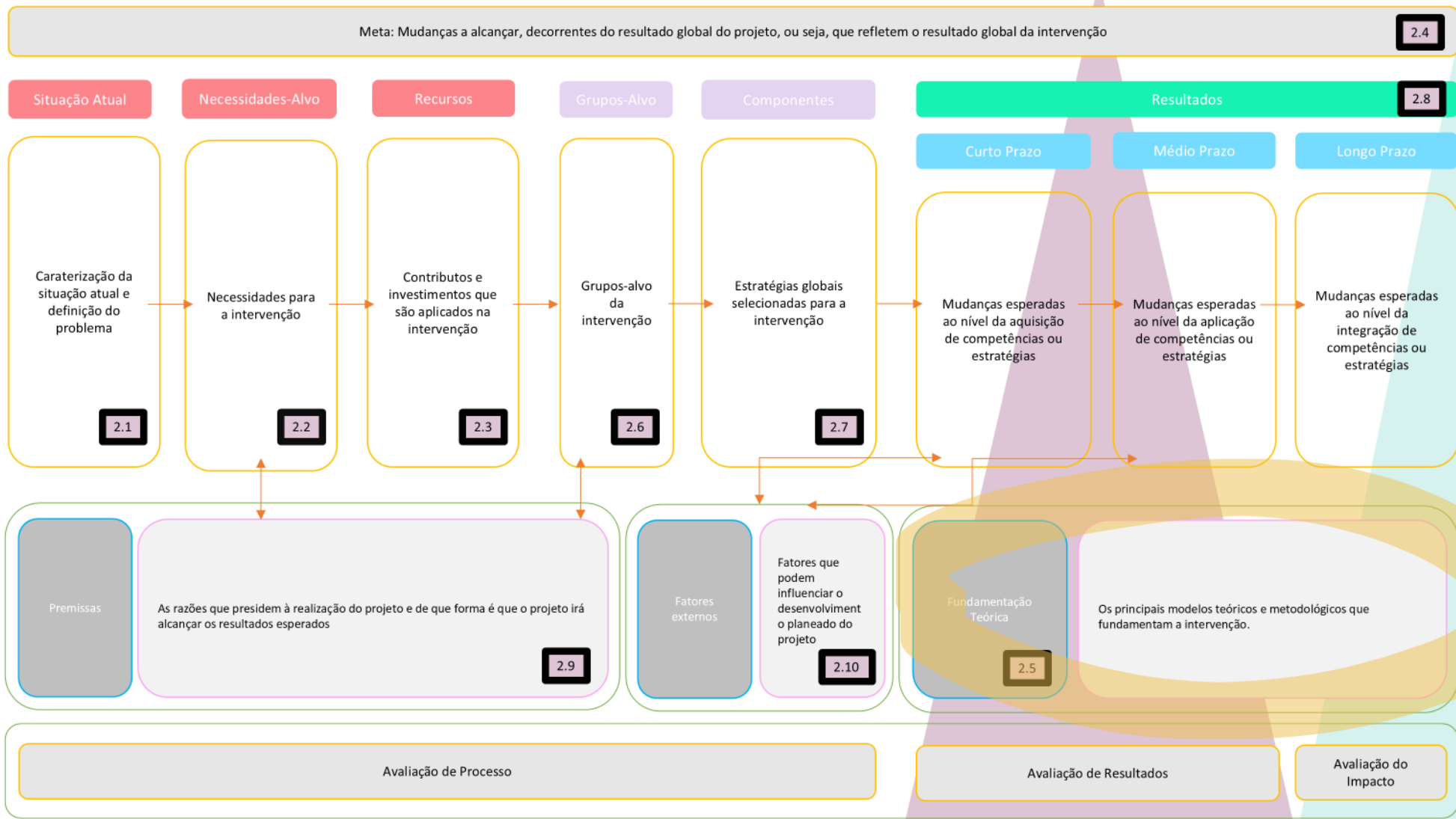
Avaliação de Resultados

Avaliação do Impacto

2.5 Fundamentação Teórica:

Tendo em conta a meta definida (2.4), é fundamental considerar o(s) modelo(s) teórico(s) e metodológico(s) ao nível da intervenção social geral e preventiva, para fundamentar a intervenção.



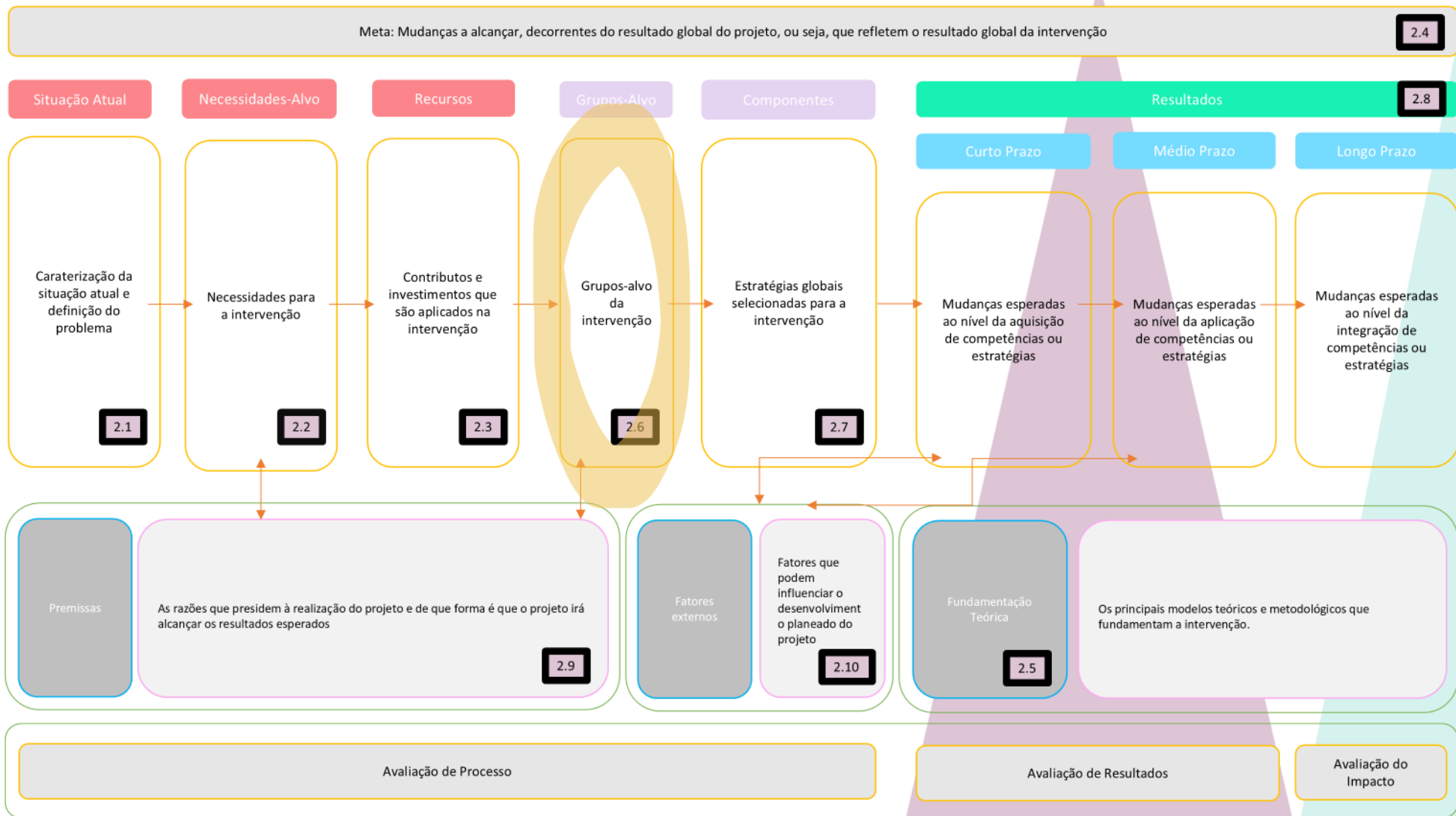


2.6 Grupos-Alvo:

Definir o(s) grupo(s)-alvo quanto à

- dimensão (quantos?)
- composição (que tipo? jovens?, pais?, professores?, líderes comunitários?, mentores? etc.).

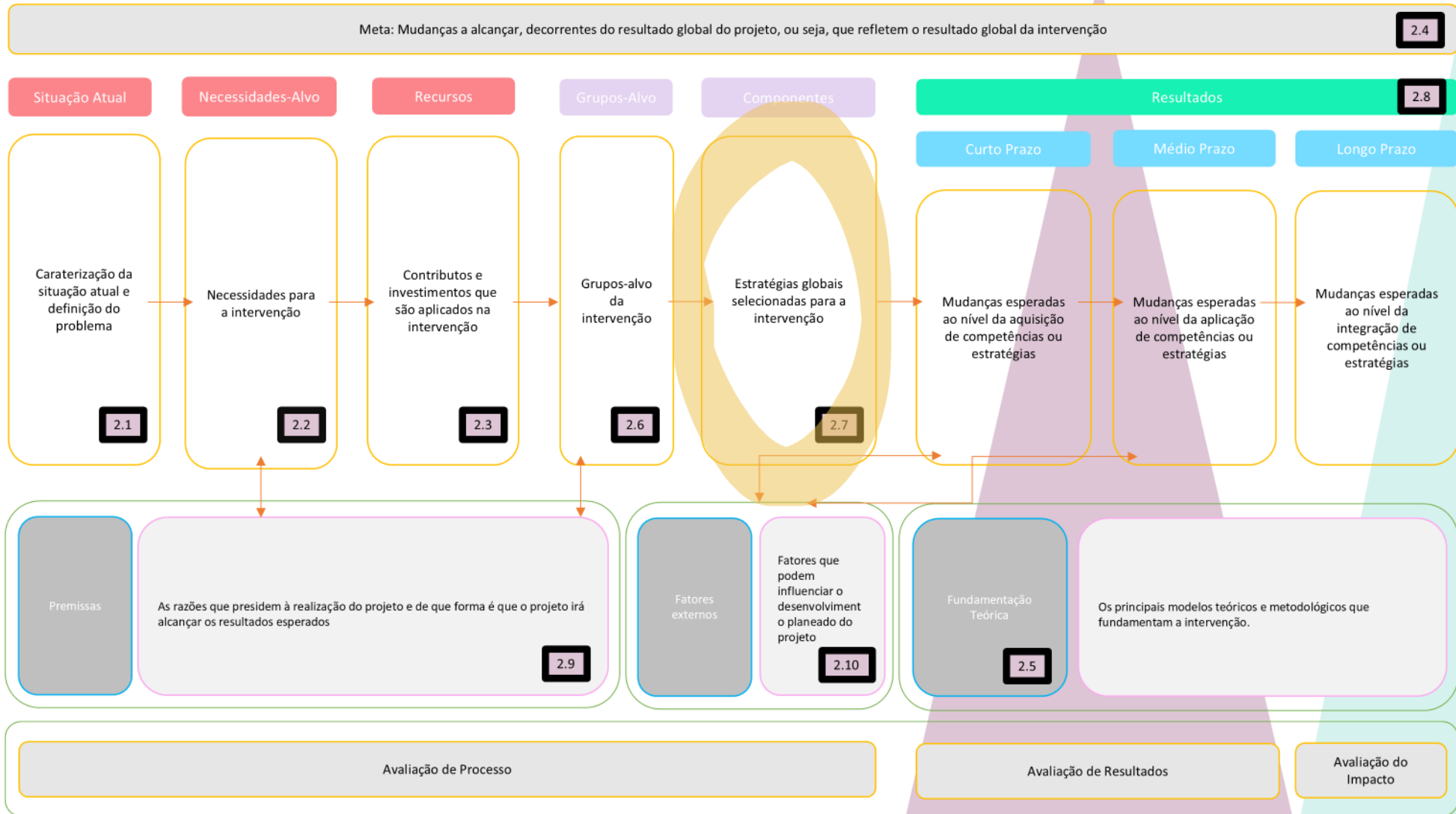




2.7 Componentes:



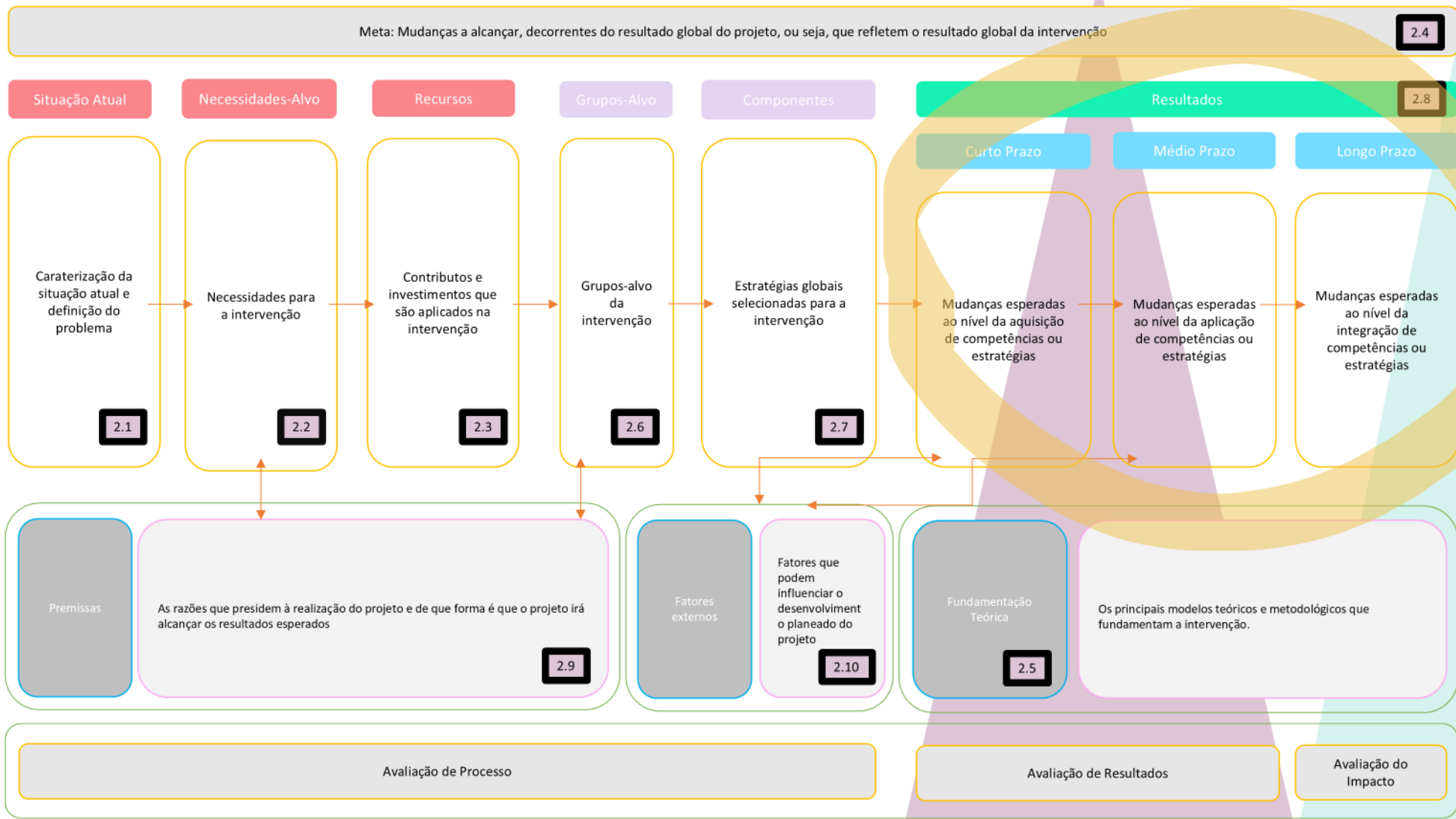
Neste campo, dever-se-ão identificar as componentes escolhidas para trabalhar os grupos-alvo (2.6).



2.8 Resultados:

Os resultados devem expressar:

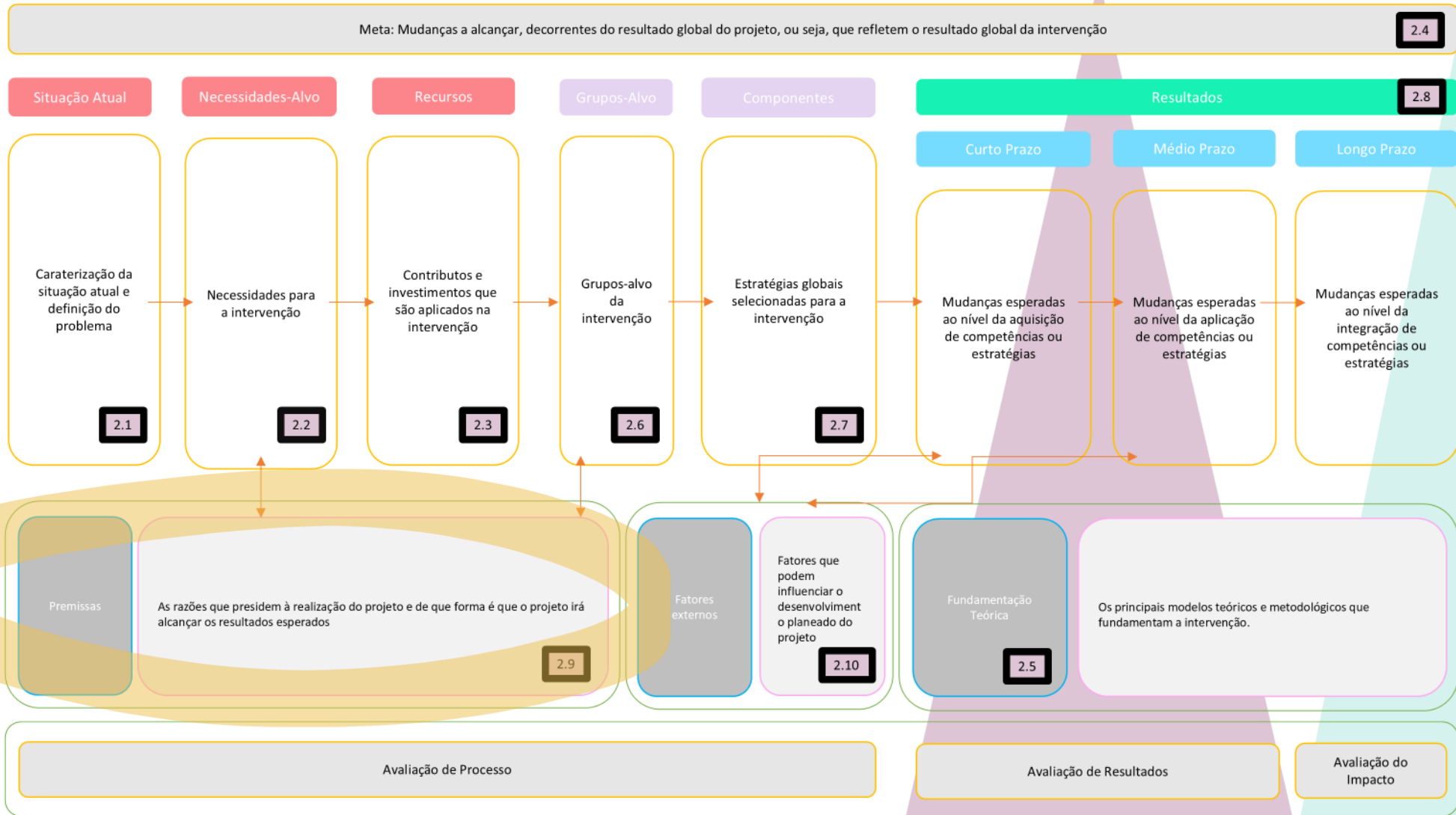
- O que se espera mudar;
- A quem se dirige a mudança;
- O grau de mudança;
- Quando ocorrerá a mudança;
- Como será medida a mudança.

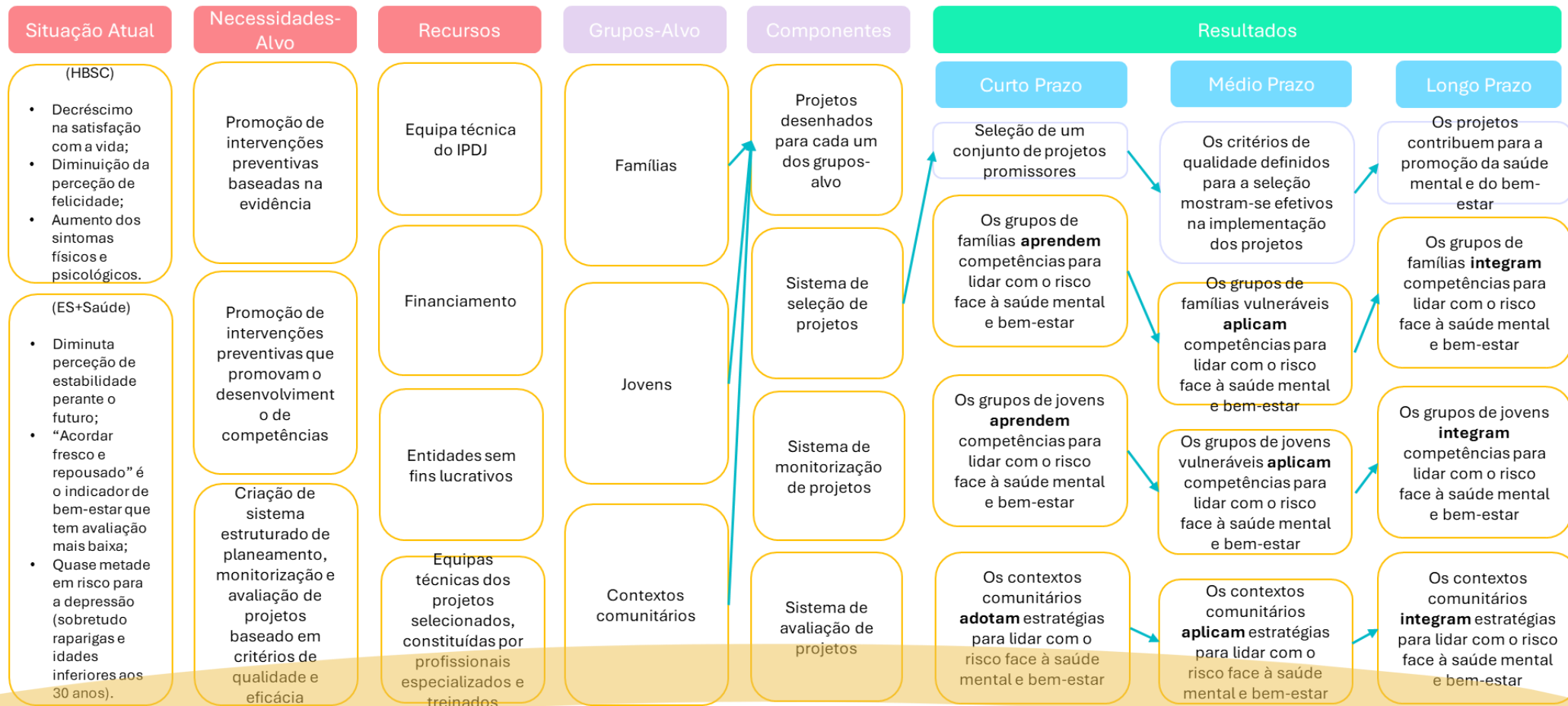


2.9 Premissas:



Apresentação das premissas em que assenta a intervenção.

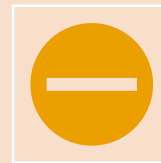
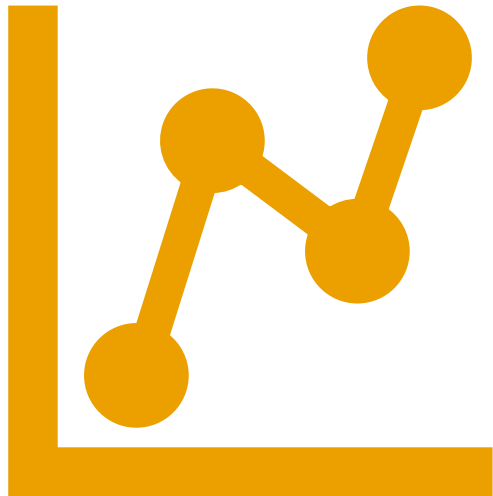




Premissas

Um sistema de seleção, monitorização e avaliação de projetos de intervenção preventiva contribui para a eficácia. O enquadramento conceptual e metodológico dos projetos, assente em evidência científica, contribui para a sua eficácia. O desenvolvimento de projetos que visem atividades continuadas, de intensidade regular e em número suficiente contribui para a promoção de competências específicas e assim minorar os fatores de risco e ameaças à saúde mental e ao bem-estar. Uma abordagem multicomponente e compreensiva das necessidades dos grupos-alvo, aumenta a probabilidade de serem promovidas mudanças nos grupos-alvo.

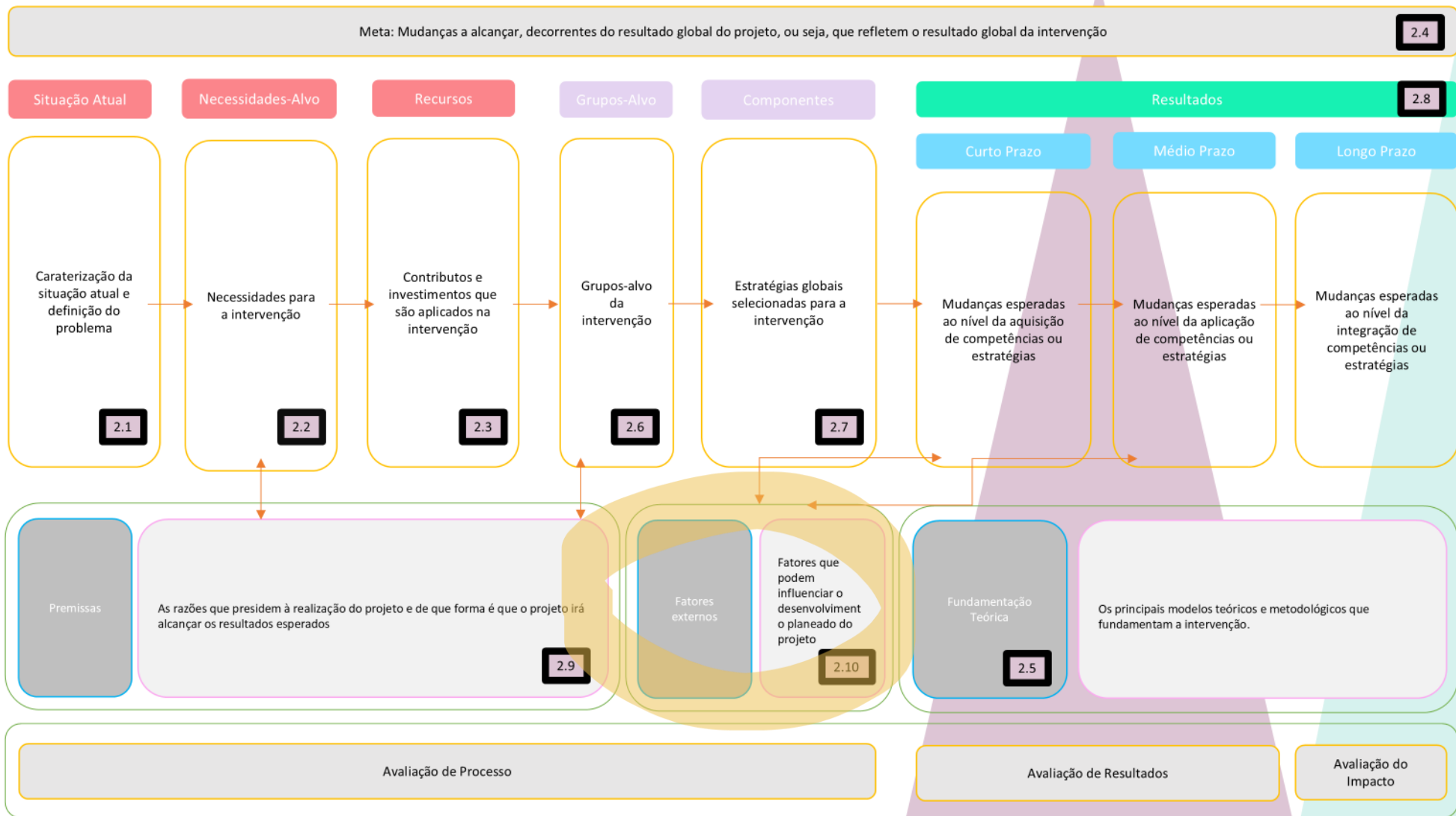
2.10 Fatores Externos:



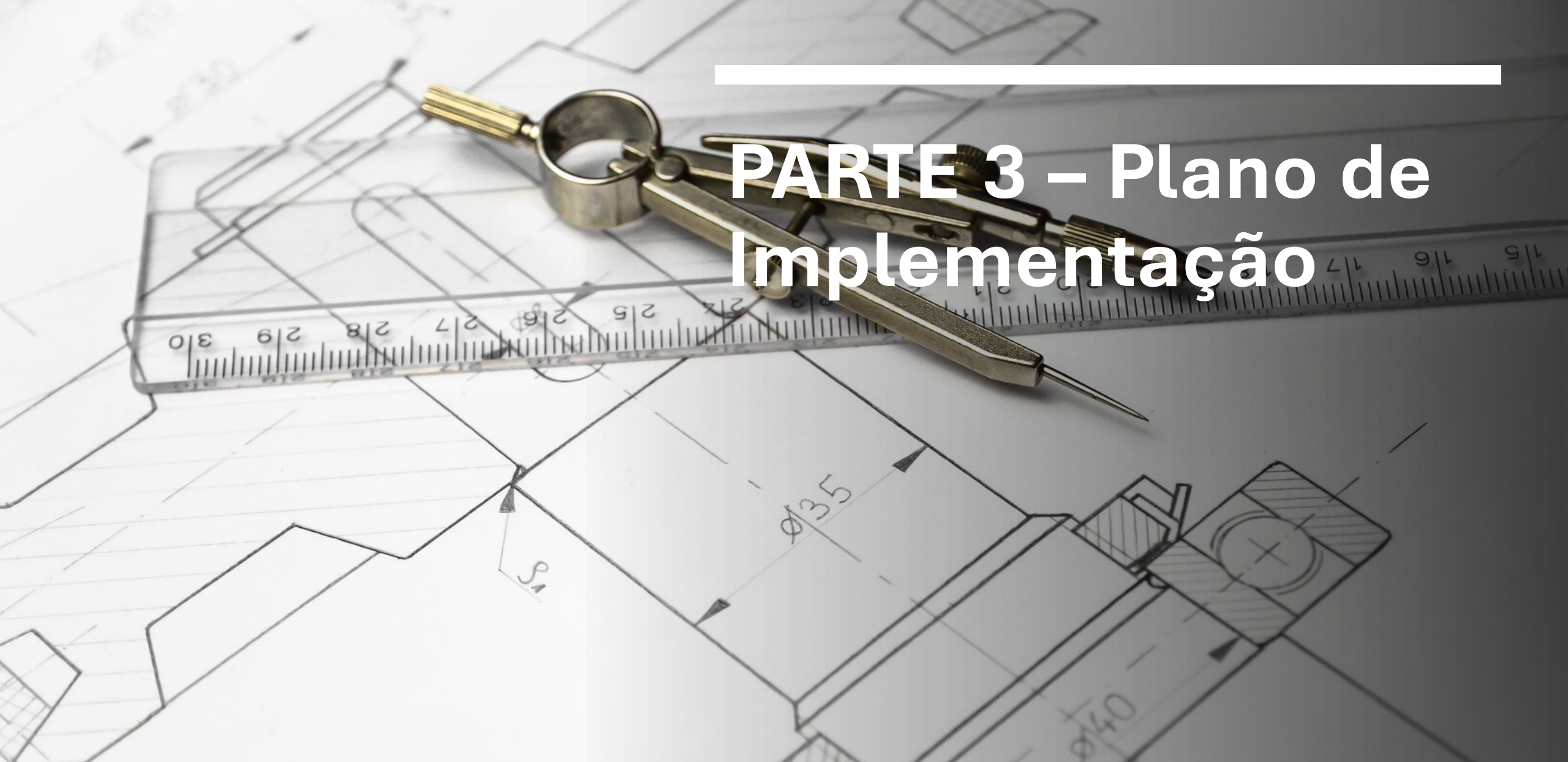
que prejudicam o sucesso do projeto



que contribuem para o sucesso do projeto



PARTE 3 – Plano de Implementação



Plano de Implementação



intervenção a desenvolver, para alcançar as mudanças desejadas, num tempo e espaços definidos.



o período de execução do mesmo deverá contemplar 12 meses.



orientações para cada um dos elementos

Objetivos gerais	Objetivos específicos	Descrição	Grupo(s)-Alvo	Duração			Recursos	
				Início	Fim	Frequência	Humanos	Outros
1.	1.1. 1.2.	Ação nº						

3.1 Objetivos:



S: Específico – Um objetivo claro, conciso e bem definido.

M: Mensurável – Um objetivo que pode ser quantificado e rastreado.

A: Alcançável – Um objetivo realista e alcançável.

R: Relevante – Um objetivo que se alinha com a missão e o objetivo geral de um indivíduo ou organização.

T: Limitado no tempo – Um objetivo com um prazo definido para a sua realização.

3.2. Ações



Deverão ser considerados os seguintes aspetos:

3.2.1. Descrição

Conteúdos, metodologias e local de execução.

3.2.2. Grupo(s)-alvo

Definição do(s) grupo(s)-alvo a quem se dirige

3.2.3. Duração

Para cada ação, datas de início e de fim, frequência (diária, semanal, carga horária, etc.);

3.2.4. Recursos

Recursos humanos, materiais, físicos.

PARTE 4 – Plano de Avaliação



Avaliação



Relevantes



Ponderar
Necessidades



Refletir Objetivos



Refletir Modelo
Lógico



Dimensionadas
para os recursos
disponíveis



Dimensionadas
para o prazo
estabelecido

4.1 Avaliação do Processo

Se o planeamento foi cumprido;

Se as ações do projeto foram executadas e até que ponto foram executadas;

Se a frequência foi adequada aos objetivos do projeto;

A qualidade das estratégias utilizadas no projeto;

A abrangência dos grupo-alvo previstos, considerando as suas características;

A participação do(s) grupo(s)-alvo nas ações;

A influência dos fatores externos no projeto;

A satisfação do(s) grupo(s)-alvo face à intervenção desenvolvida;

A perceção da equipa técnica face ao desenvolvimento do projeto;

A adequação dos recursos investidos.



Os momentos em que vai ser feita a recolha dos dados - quando;



Os grupos ou indivíduos junto de quem se vai recolher a informação - quem;



Os métodos que vão ser utilizados para recolher informação sobre os indicadores definidos (estudos, entrevistas, estudo de caso, observação, questionários, etc.);



Os instrumentos que vão ser utilizados para recolher informação sobre os indicadores definidos (ex. que escalas, questionários, grelhas, etc).



	Questões	Indicadores	Recolha de dados			
			Quando	Quem	Métodos	Instrumentos
Processo	1.1. 1.2.	Ação nº				



4.2 Avaliação dos Resultados

Até que ponto o projeto teve sucesso e para quem;

Quem beneficiou do projeto e como;

A iatrogenia da intervenção;

Os ganhos e as aprendizagens.



Os momentos em que vai ser feita a recolha dos dados - quando;



Os grupos ou indivíduos junto de quem se vai recolher a informação - quem;



Os métodos que vão ser utilizados para recolher informação sobre os indicadores definidos (estudos, entrevistas, estudo de caso, observação, questionários, etc.);



Os instrumentos que vão ser utilizados para recolher informação sobre os indicadores definidos (ex. que escalas, questionários, grelhas, etc).

	Questões	Indicadores	Recolha de dados			
			Quando	Quem	Métodos	Instrumentos
Resultados	1.1. 1.2.	Ação nº				

Exemplo prático

a) Categoria A (famílias de jovens) e Categoria B (jovens dos 12 aos 30 anos);



Nome do Projeto	JovensParENT
Entidade Titular	Associação para as Práticas Preventivas
Entidades Parceiras	CPCJ; Câmara Municipal, Ensino Básico 2º e 3º ciclo, Ensino Secundário, Ensino Superior
Modelo Conceptual	Teoria dos Fatores de Risco e dos Fatores de Proteção (que encara a probabilidade de ocorrência ou não de certos comportamentos tendo em conta alguns fatores bio-psicosociais); a Teoria Sistémica da Família; a Teoria da Aprendizagem Social; a Teoria do Treino de Competências (os valores, expectativas e padrões de comportamento são definidos pela própria cultura e a família é o grupo normativo com mais influência) (...)
Objetivos Gerais	1. Desenvolver competências pessoais e sociais; 2. Melhorar as relações e inter-relações familiares; 3. Desenvolver competências pessoais, técnicas e científicas junto dos técnicos
Objetivos Específicos (1 ex p cada OG)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Treino de competências pessoais e sociais pelos jovens 2. Aquisição/ treino de competências de inter-relação familiares 3. Dotar os profissionais de competências pessoais, sociais e técnicas, que lhes permitam desenvolver uma ação adequada junto das famílias em situação de vulnerabilidade
Grupos-alvo	1. Pré-adolescentes (10-14 anos); Adolescentes (15- 19 anos); Pais e mães (figuras parentais); Profissionais

Exemplos de Componentes	Exemplos de estratégias
Competências de inter-relação pais/filhos	Acompanhamento psicossocial Aconselhamento Encaminhamento Mediação familiar
Competências de relação intrafamiliar	Mediação familiar
Competências pessoais	Acompanhamento psicológico individual Aconselhamento Atividade cultural e pedagógica Sessão de treino de competências
Equipa Técnica	1 Coordenador 1 Supervisor técnico 1 Supervisor científico 5 Técnicos superiores Voluntários
Materiais Utilizados	Programa PET-Parent Effectiveness Training; Programa Crescer a Brincar; Programa de Desenvolvimento Sócio-Afectivo (CEGOC);

Plano de Avaliação do Processo

Ex. de Questão	Ex. de Indicadores	Ex. de Instrumentos	Ex. de Aplicação
O planeamento foi cumprido? As ações foram executadas? As famílias abrangidas corresponderam ao grupo alvo estabelecido?	Número de ações executadas; Data de execução das ações; Tempo de duração das ações; Número de famílias abrangidas; Presença de fatores de vulnerabilidade nas famílias abrangidas; Influência de fatores externos no projeto; Alterações Introduzidas; Cumprimento do plano de avaliação	Ficha de registo de execução das ações; Ficha de identificação dos fatores de risco e de proteção; Ficha de Caracterização das Famílias; Questionário de Parceria Grelha de Observação Direta; Relatório de atividade;	Registo sistemático da informação à medida que decorrem as ações; Síntese dos dados no final do projeto

Plano de Avaliação do Resultado

Ex. de Questão	Ex. de Indicadores	Ex. de Instrumentos	Ex. de Aplicação
Melhoraram as inter-relações familiares?	Aplicação dos princípios da escuta ativa na relação parental; Diminuição das situações de conflito; Aumento da capacidade de resolução de conflitos; Diminuição das situações geradoras de stress; Diminuição dos obstáculos à comunicação; Aumento da comunicação assertiva; Melhoria do ambiente familiar.	Questionário de bem estar emocional; Escala de "Estratégias de <i>Coping</i> " Grelhas de Observação; Questionário do <i>Parental Educational Training - PET</i>	No início e final do projeto/ No início e final do projeto dos programas e atividades

Premissas/Hipóteses Teóricas

Exemplo de Hipótese

As famílias em contexto de vulnerabilidade, manifestam baixa auto-estima, estratégias de *coping* pouco estruturadas, pouco adaptativas e mais disfuncionais, o que coloca em causa o bem estar emocional dos seus membros. Na intervenção nas famílias com estas características, a auto-estima dos diferentes elementos melhorará, as estratégias de *coping* serão mais funcionais e a probabilidade de bem estar emocional aumentará e a presença dos fatores de risco diminuirá, aumentando a probabilidade de presença de fatores protetores.

Exemplo de Resultados face a essa Hipótese

As famílias vulneráveis trabalhadas apresentaram baixa auto-estima em membros do agregado familiar, essenciais para a sua dinâmica, estratégias de *coping* pouco adaptativas como o retraimento e a recusa. A abordagem multicomponente, permitiu trabalhar estas competências, verificou-se que não só os fatores de risco diminuíram (alguns foram eliminados substituindo-se por fatores protetores), como também o índice positivo de mal estar psicológico diminuiu de 80% para 70%.

Exemplo prático

b) Categoria B (jovens dos 12 aos 30 anos) e Categoria C (contextos comunitários).



Nome do Projeto	ComunYLazer
Entidade Titular	Casa Cultural da Juventude do Bairro
Entidades Parceiras	Câmara Municipal, Universidade
Modelo Conceptual	Modelos de Dinâmica de Sistemas; Teoria da Aprendizagem Social; Teoria do Controlo Social; Modelo de Crenças sobre a Saúde (Health Belief Model); Abordagem do Processo de Ação em Saúde (Health Action Process Approach); Teoria da Ação Racional / Teoria do Comportamento Planeado (...)
Objetivos Gerais	Criar condições para normas sociais que promovam o lazer como oportunidade para criar sentimentos de pertença, sociabilização positiva e fruição de atividades diversificadas enriquecedoras de forma não orientada
Objetivos Específicos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Criar oportunidades diversificadas (relacionais, físicas, espaços adequados e cuidados, níveis de ruído, disponibilidade de bebidas não alcoólicas, fruta ou outro tipo de alimentos interessantes do ponto de vista do paladar e visual, tamanho de copos, iluminação, horários) que promovam uma vivência de lazer saudável, segura e promotora de competências 2. Dotar os profissionais dos estabelecimentos de diversão de competências pessoais, sociais e técnicas, que lhes permitam reconhecer que os comportamentos saudáveis no lazer são desejáveis para os seus negócios
Grupos-alvo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jovens (16-30); dirigentes associativos, <i>barmen</i>, proprietários dos estabelecimentos de diversão noturna

Exemplos de Componentes	Exemplos de estratégias
Competências sociais	Facilitação de envolvimento em atividades pró-sociais no âmbito do lazer
Competências pessoais	Resolução de problemas Assertividade
Equipa Técnica	1 Coordenador 1 Supervisor científico 2 Técnicos Comunitários 1 Arquiteto 2 Formadores
Materiais Utilizados	(...)

Os projetos poderão visar também coisas tão diversas como:

- clima e cultura de um bairro/freguesia**
- adoção de programas que figuram como eficazes na base de dados Xchange da EUDA**
- sistema de reforço de comportamentos pró-sociais em salas de aula numa determinada escola**

Notas finais:

Sensibilização e informação, por si só, não é eficaz

Evidência refere iatrogenia de Táticas de Medo ou Intimidação / Testemunhos de Pessoas que “passaram por isso”

Interventores/aplicadores deverão ter/receber formação específica e adequada para as atividades que irão desenvolver

Intervenção como um todo, com componentes diversos que visem cada fase de desenvolvimento em causa e que façam uso da multidisciplinaridade.

Plataforma para Candidaturas:

<https://programasjuventude.ipdj.gov.pt/>

Endereço Eletrónico de Suporte:

Cuida-te@ipdj.pt

