



# O RISCO E EU

# O RISCO E EU

Modalidade Presencial

O Programa pretende consciencializar os jovens para a importância de gerirem os seus comportamentos e emoções face a situações de risco, ao mesmo tempo que descobrem e exploram ferramentas e recursos para a sua prevenção como, por exemplo, a poupança ou a mutualização.

**Público-Alvo** 15 a 17 anos (Ensino Secundário)  
**Duração** 4 Sessões (50 minutos)

## Sessão 1

### — O que é o Risco?

**Objetivos:** Consciencializar os alunos sobre o facto de todas as pessoas se encontrarem constantemente expostas a diferentes níveis de risco no seu dia-a-dia.

Simultaneamente, realizam diferentes atividades e dinâmicas, onde visualizam múltiplos exemplos de riscos quotidianos, próximos da sua realidade. Finalmente, voluntários e alunos partilham diferentes dados sobre probabilidades de ocorrência de catástrofes ou acidentes.

### — Os alunos deverão ser capazes de:

- Compreender o conceito do risco e as suas características.
- Descobrir a probabilidade de ocorrência de acidentes do dia-a-dia e como devemos dar atenção a estes.
- Definir alternativas na tomada de decisões, assumindo os riscos correspondentes.

## Sessão 2

### — As Nossas Emoções face ao Risco!

**Objetivos:** Levar os alunos a descobrir que existem diferentes comportamentos e emoções face ao risco, reagindo cada pessoa de forma distinta. Estes refletem também sobre as suas próprias emoções face ao risco.

Simultaneamente, os alunos participam numa atividade na qual descobrem de forma prática quais são os seus próprios padrões comportamentais face a situações de risco. Realizam ainda um exercício através do qual reconhecem os fatores externos que afetam a tomada de decisão face ao risco: a importância da perda, da experiência, da pressão social e da necessidade.

### — Os alunos deverão ser capazes de:

- Reconhecer as diferentes emoções que o risco suscita em cada um.
- Refletir sobre as próprias emoções associadas ao risco.
- Favorecer o autoconhecimento, como chave para a identificação das emoções de cada um.
- Reconhecer fatores externos que afetam a nossa tomada de decisões face aos riscos: a importância da perda, da experiência, da pressão social e da necessidade.
- Fomentar o trabalho em equipa e o respeito pela diferença.

# O RISCO E EU

---

## Sessão 3

### — Prevenção do Risco

**Objetivos:** Educar os alunos na prevenção dos riscos, disponibilizando ferramentas para que os possam evitar ou reduzir. Simultaneamente, são apresentadas várias situações fictícias nas quais os alunos deverão, em grupo, procurar prevenir os riscos através de um processo estruturado de tomada de decisões. É destacada a poupança, promovendo-se esta atitude como uma das fórmulas de prevenção do risco.

### — Os alunos deverão ser capazes de:

- Identificar os riscos em situações do dia-a-dia.
- Conhecer ferramentas úteis para a prevenção do risco.
- Promover atitudes de poupança como uma das fórmulas de prevenção do risco.
- Fomentar o trabalho em equipa para encontrar as soluções mais viáveis de forma consensual e respeitando as opiniões dos outros.

## Sessão 4

### — Mutualização, a Colaborar, Ganhamos Todos!

**Objetivos:** Aproximar os alunos do conceito de mutualização, tida como uma das fórmulas mais eficazes de prevenir e diminuir os riscos. Através de uma dinâmica de grupo, os alunos refletem sobre a viabilidade desta forma de se segurarem. Centra-se a análise na força da colaboração entre pessoas para minimizar os riscos comuns e solucionar os problemas individuais através da solidariedade.

### — Os alunos deverão ser capazes de:

- Reconhecer o princípio da solidariedade nos seguros.
- Compreender o conceito de mutualização.
- Fomentar o trabalho em equipa para encontrar as soluções mais viáveis de forma consensual e respeitando as opiniões dos outros