



ebi de Angra do Heroísmo

PLANO “ESCOLAS SEM BULLYING–ESCOLA SEM VIOLÊNCIA”

Prevenção e Combate ao «Bullying, Cyberbullying e a outras formas de violência»

**ESCOLA
SEM BULLYING**

**ESCOLA
SEM VIOLÊNCIA**



Ano Letivo
2025-2026

Índice

1. Enquadramento e Introdução	3
2. Implementação do Plano.....	4
2.1 Constituição da Equipa	4
2.2 Diagnóstico da Situação.....	5
2.3 Ações de Prevenção, Ação e Reação.....	5
2.4 Atividades do PAA	8
2.5 Levantamento, Identificação e Encaminhamento de Situações de Violência, Bullying e Cyberbullying...	8
2.6 Avaliação do Plano de Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e outras formas de Violência – Ano Letivo 2025/2026	8

1. Enquadramento e Introdução

De acordo com a Resolução do Conselho do Governo n.º 84/2023 de 19 de maio de 2023, o Conselho do Governo resolve:

1 - Aprovar o Programa Regional de Prevenção e Combate ao Bullying e Cyberbullying na Região Autónoma dos Açores, que constitui anexo à presente Resolução, da qual faz parte integrante. O Programa Regional de Prevenção e Combate ao Bullying e Cyberbullying promove o desenvolvimento de estratégias de sensibilização, prevenção e intervenção em meio escolar, envolvendo várias entidades, serviços e toda a comunidade educativa.

2 - A elaboração do Programa referido no número anterior, foi precedida do levantamento estatístico das situações de Bullying e Cyberbullying registadas em contexto escolar, nele constando os seus resultados.

3 - A Escola deve assumir-se como um espaço privilegiado de prevenção e combate a todas as formas de violência. O “Plano de Prevenção e Combate ao Bullying e ao Cyberbullying e a outras formas de violência” é centrado e consolidado numa abordagem estratégica e holística de sensibilização e de prevenção sistémica, definindo mecanismos de intervenção em meio escolar, dando uma maior consistência, coerência e visibilidade ao trabalho que tem vindo a desenvolver-se ao longo dos últimos anos letivos neste âmbito.

Tendo em conta o exposto e após a implementação deste plano na Unidade Orgânica da Escola Básica Integrada de Angra do Heroísmo, no ano letivo 2023/2024 e 2024/2025, dá cumprimento à Resolução com a apresentação de um Plano de Prevenção e Combate ao Bullying e Cyberbullying, para o ano letivo 2025/2026, que a seguir se apresenta.

2. Implementação do Plano

2.1 Constituição da Equipa

Na constituição da equipa para este ano letivo pretendemos congregar elementos fundamentais, de áreas transversais e de diferentes setores, de modo a permitir uma abordagem plural e abrangente.

Identificação dos elementos da equipa	
Coordenador da Equipa e do Projeto	Carla Isabel da Silva de Olim Perestrelo Borba
Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva (EMAEI)	Educadora Maria Leonor Correia Meneses
Coordenadora da Estratégia de Educação para a Cidadania	Professora Sandra Maria Gonçalves Monteiro
Coordenadoras do Gabinete de Gestão de Conflitos	Carla Isabel da Silva de Olim Perestrelo Borba
Coordenadora de Departamento do 1º ciclo	Professora Cindy Araújo Miranda
Docente de Informática	Professor José Carlos da Silva Oliveira
Gabinete de Prevenção de Saúde Escolar	Professora Liliana Gonçalves Passos
Mediadora do Programa EPIS	Professora Maria da Graça Martins Carmo Rego
Serviço de Psicologia e Orientação	Psicóloga Teresa Paula Valadão Vaz
Representante da PSP	Comissário Carlos Costa
Associação de Pais e Encarregados de Educação	Nelson José Teixeira Alves Henriques
Elemento do Pessoal de Ação Educativa	Assistente Operacional Ana Paula Lote Vieira
Elemento Discente	Laura Maria Alexandre Lemos

2.2 Diagnóstico da Situação

Para a realização do diagnóstico, a Equipa promoverá o levantamento de dados e o respetivo registo no documento criado para o efeito, a “Ficha de levantamento/identificação de casos de violência/bullying/ciberbullying” e dos dados recolhidos no questionário aplicado no final do ano letivo de 2024/2025. Os intervenientes neste diagnóstico serão os seguintes: Equipa do Plano; Diretores de Turma; Coordenadores de Núcleo e Encarregados de Educação.

2.3 Ações de Prevenção, Ação e Reação

A prevenção é crucial neste processo. São intervenientes diretos na promoção de um ambiente sem violência, os Diretores de Turma, que trabalham no âmbito das suas atribuições os valores do Plano de Escola, o Regulamento Interno e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, nomeadamente em Cidadania no Espaço Escolar.

Para além dos Diretores de Turma, a Unidade Orgânica conta ainda com um conjunto de ações/parcerias que concorrem para os objetivos deste plano, nomeadamente:

- O **Gabinete de Gestão de Conflitos**, que resulta da necessidade de perspetivar novas abordagens do conflito e promover uma cultura de sã convivência na Escola, prevenir a incivilidade, a agressividade e a violência, desenvolver uma nova abordagem ao conflito, propiciar uma mudança de postura frente às controvérsias e encorajar os alunos a resolver os seus próprios conflitos, através da mediação, encarada como um processo de diálogo e de encontro interpessoal, voluntário e confidencial privilegiando a escuta ativa, a empatia e a negociação.
- O **Gabinete de Promoção de Saúde Escolar**, que permite a existência de recursos envolvidos no desenvolvimento de dinâmicas de promoção de bem-estar físico e mental, previstas no seu Plano Anual de Atividades, entre elas ações que promovem o combate à violência, ao Bullying e Ciberbullying, recorrendo a parceiros externos à escola com técnicos especialistas nestas temáticas.
- O **Programa “Mediadores para o sucesso escolar” da associação Empresários para a Inclusão Social (EPIS)**, no desenvolvimento de sessões de capacitação para a mudança de comportamento em jovens em risco e sessões universais sobre a Violência/Bullying e Promoção de Bem-Estar Mental.

- O **Serviço de Psicologia e Orientação**, essencial na prevenção, visando antecipar e mitigar o aparecimento de problemas; no acompanhamento e encaminhamento de potenciais casos em risco acrescido no domínio comportamental e com maior vulnerabilidade, bem como no acompanhamento e encaminhamento de problemas graves e persistentes. Este serviço também desenvolve uma abordagem “promocional” centrando-se no fortalecimento e valorização de competências, habilidades e bem-estar.
- O trabalho que as escolas desenvolvem, no âmbito da Educação para a Saúde e a articulação entre esta, o Serviço de Psicologia e Orientação e as componentes curriculares de Cidadania e Desenvolvimento e de Tecnologias da Informação e Comunicação, complementa-se e potenciam-se. Assim, contribui-se para o incremento de um espaço privilegiado para o desenvolvimento de aprendizagens com impacto tridimensional na atitude cívica individual, no relacionamento interpessoal e no relacionamento social e intercultural, conducente ao crescimento de uma geração sem violência.
- O **Programa Escola Segura da PSP - Esquadra de Angra do Heroísmo**, através da realização de ações grupais de sensibilização e contactos individuais de prevenção criminal, desempenhando um papel interventivo na comunidade escolar, incentivando à adoção de regras e comportamentos de segurança, e fomentando iniciativas, projetos e parcerias direcionadas para a promoção de valores de civismo e cidadania no meio escolar, tendo em vista o desenvolvimento harmonioso por parte das crianças e jovens.

Na tabela seguinte, apresenta-se um conjunto de **Propostas de Ações** a desenvolver na Unidade Orgânica que contribuem, por um lado, para a prevenção, combate e intervenção face aos fenómenos de violência e, por outro lado, para a promoção da inclusão e da não discriminação em meio escolar.

Outras ações poderão vir a concretizar-se, se tal necessidade vier a constatar-se, no decorrer da implementação do Plano.

Atividade	Descrição da atividade	Dinamizador	Público-alvo	Calendarização
Frases motivadoras	Frases motivadoras mensais no fundo dos computadores, com apelo à boa convivência e ao bem-estar	Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola	Comunidade escolar	Ao longo do ano (uma por mês)
Slogan de EECE	Divulgação do slogan de EECE para a EBIAH “ <i>A escola começa em ti. Juntos somos Cidadania!</i> ”	Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola	Comunidade escolar	Ao longo do ano
Videoclipe da canção EECE	Divulgação do videoclipe com a participação da comunidade escolar para a música da EECE	Estratégia de Educação para a Cidadania de Escola	Comunidade escolar	Ao longo do ano
Desafio Seguranet	Realização dos desafios mensais do projeto Seguranet	Grupo disciplinar de Informática	Todas as turmas à exceção dos cursos vocacionais	Ao longo do ano
Desafio Seguranet	Dinamização de atividades em sala de aula relacionadas com segurança na Internet, nomeadamente Bullying e Cyberbullying e que constam das planificações das disciplinas.	Grupo disciplinar de Informática	Todas as turmas à exceção dos cursos vocacionais	Ao longo do ano
Sessões de Esclarecimento	Palestras sobre a legislação relativa à Violência no namoro/ doméstica e/ou segurança na internet	Programa Escola Segura da PSP	3.º ciclo	2.º período
Sessões Interativas	Palestra sobre Violência no namoro	UMAR	3.º ciclo	1.º período
Sessões Interativas	Comemoração da Semana da Informática e do Dia da Internet Mais Segura	Grupo disciplinar de Informática	Todas as turmas à exceção dos cursos vocacionais	fevereiro
Sessões de Esclarecimento	Palestra sobre a Saúde Mental e o Bullying	Projeto Medicina mais perto: ilhas e GPSE	Comunidade escolar	2.º período
Sessões de Esclarecimento	Palestra Direitos Humanos e Cidadania	Projeto Medicina mais perto: ilhas e GPSE	Comunidade escolar	2.º período
Gestão de comportamentos violentos	Formação como atuar perante comportamentos violentos	Programa Escola Segura da PSP	Assistentes operacionais	2.º período

Em articulação com a Assembleia de Delegados, a escola, no âmbito da sua autonomia e da sua Estratégia de Educação para a Cidadania, convida as turmas a assumir um compromisso, visando a prevenção e combate de comportamentos de *Bullying*, *Cyberbullying* e de outros tipos de violência. Cumprido este compromisso, será reconhecido e valorizado o papel da turma podendo ser atribuída uma menção que constará também do processo individual de cada um dos elementos da turma.

2.4 Atividades do PAA

O Plano Anual de Atividades da Unidade Orgânica apresenta um conjunto de atividades planeadas no âmbito desta temática e cujo desenvolvimento encerra uma estreita articulação com alguns parceiros e agentes externos, como consta no ponto anterior.

2.5 Levantamento, Identificação e Encaminhamento de Situações de Violência, Bullying e Cyberbullying

A responsabilidade pelo levantamento e identificação de eventuais situações de violência, bullying e cyberbullying cabe ao Gabinete de Gestão de Conflitos. Adicionalmente, os alunos, pais e encarregados de educação poderão comunicar casos de que tenham conhecimento através do Diretor de Turma.

As situações reportadas serão analisadas pelo Gabinete de Gestão de Conflitos e, após essa análise, deverão ser registadas em documento próprio. Com base na natureza e gravidade da ocorrência, será então estabelecido o encaminhamento mais adequado, podendo este incluir medidas educativas, apoio psicológico, mediação de conflitos ou comunicação às entidades competentes.

Após a intervenção, deverá ser dado conhecimento à Diretora de Turma e à Coordenadora do Gabinete de Gestão de Conflitos sobre a intervenção realizada, garantindo assim o acompanhamento e monitorização do caso.

2.6 Avaliação do Plano de Prevenção e Combate ao Bullying, Cyberbullying e outras formas de Violência – Ano Letivo 2025/2026

Objeto da Avaliação

A avaliação incidirá sobre a eficácia da implementação do plano, com base nos seguintes indicadores:

- Indicador de Resultados: Realização de, pelo menos, 90% das atividades planeadas no âmbito do plano.
- Indicador de Impacto: Diminuição do índice de predisposição comportamental para a violência, o Bullying e o Cyberbullying.

Metodologia de Avaliação

A avaliação será realizada através de:

- Relatório Anual de Atividades – Documento elaborado no final do ano letivo, contendo a descrição das ações realizadas, dificuldades encontradas e resultados obtidos.
- Aplicação de questionário de opinião dos participantes sobre a ação.

- Aplicação de Questionário – Instrumento aplicado aos intervenientes diretos (alunos, professores, técnicos e encarregados de educação) nas situações de conflito, com o objetivo de recolher perceções sobre a eficácia das intervenções e o impacto no bem-estar.

Justificação da Metodologia

A escolha destes instrumentos visa garantir uma avaliação quantitativa e qualitativa, permitindo:

- Verificar o grau de execução do plano;
- Medir o impacto das ações no clima escolar;
- Identificar oportunidades de melhoria.

No final do ano letivo 2025/2026, será elaborado um Relatório de Avaliação Global, que incluirá propostas de reformulação do plano para o ano seguinte. Este relatório será apresentado ao Conselho Pedagógico e à Assembleia de Escola, para análise e deliberação.

Nota: Este documento teve por base o PLANO “ESCOLA SEM BULLYING. ESCOLA SEM VIOLÊNCIA” – 2020-2021 do Agrupamento de escolas de Celeirós, de Braga.