

# EUROPE

## Ensuring Unity and Respect as Outcomes for the People of Europe

### O que é EUROPE?

O EUROPE é um projeto de 24 meses que visa promover a inclusão social, a tolerância e outros fatores que impedem a violência nas escolas. O EUROPE centra-se na implementação do Tempo de Silêncio,, baseado no programa de **Meditação Transcendental (TM®)** para estudantes e professores, com o objetivo de reduzir o stresse e de aumentar resultados positivos pro-sociais, inteligência emocional, criatividade e desempenho acadêmico.

### A quem se destina?

A metodologia do projeto EUROPE está a ser testada e avaliada na Holanda, Suécia e Portugal em, pelo menos, uma escola por país, envolvendo pelo menos 150 alunos. O projeto EUROPE destina-se diretamente a estudantes e professores.

No entanto, prevê o envolvimento da comunidade escolar em geral, incluindo pais, prestadores de serviços escolares, organizações da sociedade civil, decisores políticos / decisores na educação escolar e nas comunidades científicas.

### Quais são os resultados esperados?

#### 🕒 **Relatórios da avaliação dos benefícios do programa de Tempo de Silêncio / Meditação Transcendental:**

- para estudantes, com medidas de: stresse, ansiedade, comportamento negativo, violência, não discriminação, respeito e compreensão, resultados pró-sociais positivos, como tolerância, raciocínio moral, resiliência, capacidade de enfrentamento e desempenho acadêmico.
- para professores: autoconfiança, motivação, tolerância e flexibilidade, stresse percebido, níveis de ansiedade e problemas de saúde mental, satisfação no trabalho e níveis de burnout do professor.
- para toda a comunidade escolar: atmosfera na escola, ambiente de aprendizagem inclusivo, violência e bullying.

🕒 **Artigos científicos** publicados em revistas especializadas, sites e apresentações em seminários e congressos para fomentar a consciencialização sobre o programa Tempo de Silêncio / Meditação Transcendental e os resultados e avaliação do projeto.

🕒 **Manual de boas práticas e roteiro** para orientar os decisores políticos na implementação do programa Tempo de Silêncio / Meditação Transcendental noutros contextos.

🕒 **Infraestruturas de apoio on-line e comunidades de interesse** envolvendo professores, coordenadores pedagógicos, representantes dos encarregados de educação, associações de estudantes, associações de pais, decisores políticos e outros interessados nos resultados e na familiarização com a abordagem da implementação do Tempo de Silêncio / Meditação Transcendental dentro das escolas.





Como podemos ser contactados?  
Se quiser saber mais sobre o projeto  
da EUROPE, visite-nos em:

-  [europe-project.org](http://europe-project.org)
-  [Erasmus + resultados do projeto  
bit.ly/2gdtBZc](http://Erasmus+ resultados do projeto bit.ly/2gdtBZc)
-  [facebook.com/europeproject.eu](https://facebook.com/europeproject.eu)

Em nome do coordenador do projeto,  
é possível entrar em contacto com a  
gestora do projeto,

Nicoleta Susanu:  
[europrojects@montesca.it](mailto:europrojects@montesca.it) ou

o gestor nacional de projeto  
[europe-project.org/contacts](http://europe-project.org/contacts)

O projeto EUROPE é cofinanciado pelo Programa  
Erasmus + Ação-chave 3 - Iniciativas para a  
inovação política - Inclusão social através da  
educação, formação e juventude.



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



This work is licensed under a Creative Commons  
Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

## Partners



**Fondazione Hallgarten Franchetti - Centro Studi Villa  
Montesca**  
Italy / [montesca.eu](http://montesca.eu)



**Stichting Hogeschool Utrecht [Utrecht University of Applied  
Sciences]**  
Nederland / [international.hu.nl](http://international.hu.nl)



**Universidade do Algarve**  
Portugal / [ualg.pt](http://ualg.pt)



**CESIE**  
Italy / [cesie.org](http://cesie.org)



**Agrupamento de Escolas João de Deus [Teacher Training  
Centre]**  
Portugal / [aejdfaro.pt](http://aejdfaro.pt)



**Maharishi School Trust Limited**  
United Kingdom /  
[maharishischool.com/2016/12/09/lancashire-fire-rescue-visit](http://maharishischool.com/2016/12/09/lancashire-fire-rescue-visit)



**Stichting Maharishi Onderwijs Nederland**  
Nederland / [mbsdefontein.nl](http://mbsdefontein.nl)



**Maharishi Foundation England**  
United Kingdom / [uk.tm.org/maharishi-foundation-uk](http://uk.tm.org/maharishi-foundation-uk)



**APEJAA – Associação de Pais e Encarregados de Educação  
da Escola João Afonso De Aveiro**  
Portugal / [agrupamentodeescolasdeaveiro.pt](http://agrupamentodeescolasdeaveiro.pt)



**Cooperativa Cultural Ciencia Tecnologia Vedica Maharishi,  
CCCT**  
Portugal / [meditacao-transcendental.pt](http://meditacao-transcendental.pt)



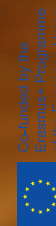
**MIKI – SVERIGE [Maharishi Institut for Kreativ Intelligen]**  
Sweden



**Stichting Maharishi Vedisch Instituut**  
Nederland / [nl.tm.org](http://nl.tm.org)

# EUROPE

Ensuring Unity and Respect as Outcomes for People of Europe



[europe-project.org](http://europe-project.org)