



GRELHA 4
Auto Avaliação do Processo



Esta grelha destina-se a avaliar a **Etapa 5 – QUEM ME PODE AJUDAR** (pessoas e instituições a quem posso recorrer para alcançar a minha meta)

REGRAS Para passares para a próxima etapa, tens que ter 3 pontos.

Se conseguiste os 3 pontos, é porque identificaste sem dificuldade a tua rede de suporte e podes avançar para a **etapa seguinte!**

Se tiveste menos de 3 pontos, isso significa que terás que **voltar atrás** e pensares novamente nas ajudas que podes ter, tendo em conta os critérios onde não obtiveste pontuação.

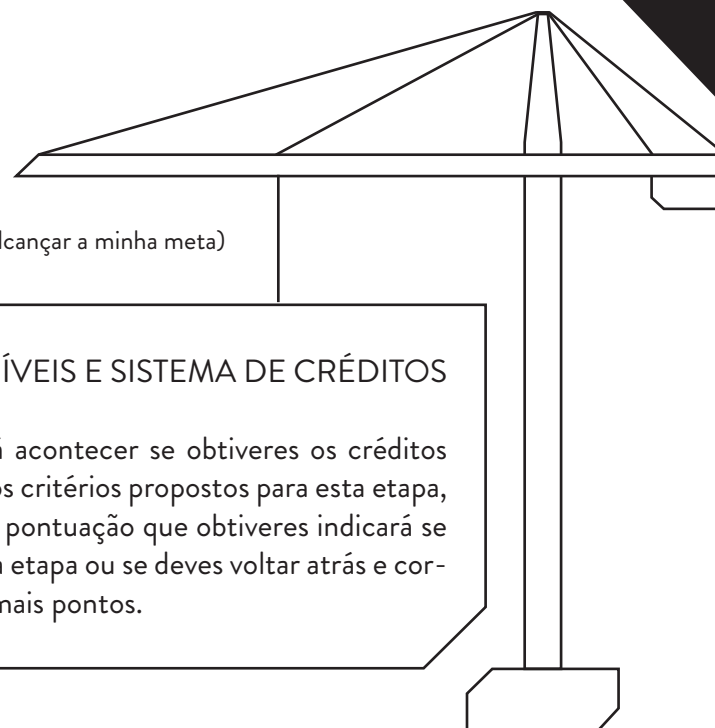
CRITÉRIOS	SIM 1 ponto	NÃO 0 pontos
Identifico pelo menos três pessoas ou instituições que me podem ajudar		
Consigo identificar o tipo de ajuda que cada pessoa ou instituição me pode dar		
Tenho meios ou condições para chegar às ajudas pretendidas		

Etapa 5 – QUEM ME PODE AJUDAR

(pessoas e instituições a quem posso recorrer para alcançar a minha meta)

CRITÉRIOS DE TRANSIÇÃO ENTRE NÍVEIS E SISTEMA DE CRÉDITOS

A progressão de nível para nível só deverá acontecer se obtiveres os créditos necessários. Para perceberes se cumpriste os critérios propostos para esta etapa, preenche a grelha no verso deste cartão. A pontuação que obtiveres indicará se estás preparado para avançar para a próxima etapa ou se deves voltar atrás e corrigires alguns aspectos que te poderão dar mais pontos.



FINANCIADO POR:



PROGRAMA ESCOLHAS
4ª Geração: Uma escolha com futuro

CO-FINANCIADO POR:



QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
PORTUGAL 2007-2013



PROGRAMA OPERACIONAL **POTENCIAL HUMANO**



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu