



XXIAdults

**Adaptação do sistema educativo de
adultos ao século XXI**

**Fundamentos da Literacia dos Media
Digitais – Capacitar Adultos para o Uso
Crítico da Informação Online (2021)**



INSTITUTE for
ROMA and
MINORITIES
INCLUSION



DIPUTACIÓN
DE VALLADOLID



E-SCHOOL
EDUCATIONAL GROUP



EMPODERAR
DESENVOLVIMENTO ORGANIZACIONAL, SOCIAL, PROFESIONAL E PESSOAL



Cofinanciado pela
União Europeia



Nome da Boa Prática

Fundamentos da Literacia dos Media Digitais – Capacitar Adultos para o Uso Crítico da Informação Online (2021)

Resumo da Prática

Resumo breve e fácil de compreender: Qual é a prática, para quem e para que propósito?

A iniciativa Digital Media Literacy Basics (2021) foi concebida para dotar os adultos de competências essenciais de literacia mediática e digitais, ajudando-os a navegar no complexo panorama atual da informação online. A prática dirigiu-se a adultos com poucas ou moderadas competências digitais, incluindo professores, técnicos de juventude, pais e adultos em geral, com forte foco no pensamento crítico e no comportamento responsável online.

O principal objetivo da iniciativa era desenvolver a capacidade dos adultos para identificar desinformação, proteger a sua privacidade digital e utilizar ferramentas online de forma segura e eficaz. Através de workshops interativos, sessões de aprendizagem mista e exercícios práticos, os participantes aprenderam a avaliar fontes de notícias, compreender algoritmos e influência online, e proteger dados pessoais.

Implementada por organizações de educação mediática e centros de aprendizagem para adultos (com apoio de parceiros internacionais), a prática visava também reforçar a participação democrática e a consciência cívica, reconhecendo que cidadãos informados estão mais capacitados a envolver-se na vida social e política.

No final do programa, os adultos relataram maior confiança no uso de plataformas digitais, uma melhor compreensão das técnicas de manipulação online e melhoria das competências de pensamento crítico, tornando-os mais resilientes a notícias falsas e desinformação.

Descrição da Prática – mínimo de 2000 caracteres

1) Contexto / Enquadramento

Qual foi a necessidade ou problema inicial?

Quem era o grupo-alvo? Fazia parte de um programa ou projeto maior?



A. . Necessidade / Problema Inicial:

O projeto **Digital Media Literacy Basics** foi desenvolvido em resposta às **crecentes preocupações sobre desinformação, manipulação online e baixos níveis de literacia digital crítica** entre adultos na Bósnia e Herzegovina e na região mais ampla dos Balcãs Ocidentais. Vários problemas específicos motivaram a sua criação:

1. Desinformação generalizada e notícias falsas

- O rápido crescimento das plataformas de redes sociais na BiH aumentou a exposição a **campanhas de desinformação, propaganda política e notícias sensacionalistas**. Muitos adultos não tinham as competências para distinguir **fontes credíveis de fontes não credíveis**, deixando-os vulneráveis à manipulação.

2. Baixa literacia mediática e digital entre os adultos

- Pesquisas de ONGs regionais e organizações internacionais (por exemplo, UNESCO, OSCE) indicaram que, embora os jovens estivessem algo expostos à educação em literacia digital, **os adultos com mais de 30 anos muitas vezes não tinham formação formal em literacia mediática**. Muitos dependiam das redes sociais como principal fonte de notícias, sem compreender **como os algoritmos influenciam a visibilidade do conteúdo**.

3. Riscos de Privacidade Digital e Cibersegurança

- Os adultos desconheciam **os riscos da privacidade online**, partilhando frequentemente informações pessoais sem compreender as implicações. Os casos de **roubo de identidade e burlas aumentaram** devido a esta falta de conhecimento.

4. Acesso limitado a programas de educação mediática de qualidade

- Antes desta iniciativa, **a formação em literacia mediática era oferecida principalmente a jovens nas escolas**, com muito poucas oportunidades estruturadas para **adultos aprendentes**, especialmente em zonas rurais.

5. Necessidade de Reforçar a Participação Democrática

- Cidadãos informados são essenciais para uma democracia saudável. No entanto, baixos níveis de literacia mediática enfraqueceram **a participação cívica e a confiança pública nas instituições**, à medida que a desinformação se espalhava sem controlo.

B. Grupos-Alvo:

O projeto **Digital Media Literacy Basics (Noções básicas sobre literacia digital)** focava-se em adultos com **pouca ou nenhuma educação formal em literacia mediática**, especificamente:

1. População Adulta no Geral

- Indivíduos que consomem regularmente notícias online e redes sociais, mas carecem **de competências críticas de avaliação**.

2. Professores, Formadores e Técnicos de Juventude

- Educadores que precisavam **de competências básicas de literacia mediática** para integrar no seu trabalho com alunos ou membros da comunidade.

3. Pais e Cuidadores

- Adultos interessados em **proteger as crianças de conteúdos online prejudiciais** e orientá-las na utilização responsável dos media.

4. Adultos Vulneráveis e com Baixa Competência Digital

- Adultos mais velhos, populações rurais e aqueles com experiência limitada em TIC são frequentemente os mais expostos à manipulação online.

C. Parte de um Programa ou Projeto Maior:

A iniciativa foi implementada como parte de **esforços regionais e internacionais para promover a literacia mediática e a resiliência cívica**, incluindo:

1. **Campanhas Regionais de Literacia Mediática (Balcãs Ocidentais)**
 - Apoiado por organizações internacionais como a **UNESCO**, a **União Europeia** e a **OSCE**, que têm dado prioridade **ao combate à desinformação** na região.
2. **Iniciativas da Semana Global da Literacia dos Media e da Informação da UNESCO**
 - O programa alinou-se com o **quadro de Literacia Mediática e Informacional (MIL) da UNESCO**, adaptado para contextos de educação de adultos.
3. **Projetos de Educação Cívica Liderados por ONGs**
 - ONGs locais especializadas em **educação de adultos e envolvimento cívico** colaboraram com centros comunitários para **expandir o acesso à formação em literacia mediática** para adultos.
4. **Link para Estratégias de Aprendizagem ao Longo da Vida**
 - O programa contribuiu para **agendas nacionais e regionais de aprendizagem ao longo da vida**, reconhecendo **a literacia mediática e digital** como competências essenciais para a cidadania ativa na era digital.

D. Porque é que a iniciativa foi necessária:

O programa era urgentemente necessário para:

- Capacitar os adultos com **competências de pensamento crítico** para resistirem à manipulação online.
- Fortalecer **a consciência cívica e a participação democrática** promovendo discussões baseadas em factos.
- Proporcionar **formação acessível e básica** para adultos anteriormente excluídos da educação em literacia mediática.
- Reduzir **os riscos para a privacidade digital** aumentando a consciencialização sobre a cibersegurança e o comportamento responsável online.

2) Objetivos

Quais eram os objetivos da prática? O que pretendia melhorar ou mudar?

O projeto **Digital Media Literacy Basics** foi concebido para fortalecer o **pensamento crítico, a consciência digital e o comportamento responsável online dos** adultos. Os seus objetivos centravam-se em melhorar **a resiliência à desinformação** e promover uma **cidadania ativa e informada**.

1. Desenvolver competências básicas de literacia mediática e informacional:

- **Objetivo:** Proporcionar aos adultos as **competências essenciais para avaliar fontes de notícias, identificar notícias falsas e compreender como os algoritmos online moldam a exposição da informação**.
- **Mudança Intencional:** Transformar adultos de **consumidores passivos de conteúdo online** para **utilizadores críticos e informados**, capazes de reconhecer desinformação e tomar decisões baseadas em evidências.

2. Melhorar a Segurança Digital e a Consciencialização para a Privacidade:

- **Objetivo:** Ensinar os participantes a **proteger dados pessoais, reconhecer burlas online e utilizar eficazmente as definições de privacidade nas redes sociais**.
- **Mudança Pretendida:** Reduzir os riscos de **roubo de identidade, fraude e manipulação**, melhorando **a segurança online e a confiança** nas ferramentas digitais.

3. Promover um comportamento online responsável e ético:

- **Objetivo:** Incentivar **uma comunicação respeitosa, a verificação de factos antes de partilhar conteúdos e a participação responsável em discussões online.**
- **Mudança Pretendida:** Fomentar **a responsabilidade cívica e o diálogo digital construtivo,** reduzindo a propagação de discurso de ódio e desinformação.

4. Reforçar o Envolvimento Cívico e a Participação Democrática:

- **Objetivo:** Ajudar os adultos a compreender o **papel dos media independentes, da liberdade de expressão e do acesso à informação verificada** em sociedades democráticas.
- **Mudança Intencional:** Aumentar **a participação informada na vida cívica,** como participar em debates comunitários, votar com base em informação factual e responsabilizar as instituições públicas.

5. Capacitar Pais e Educadores como Multiplicadores:

- **Objetivo:** Equipar **pais, professores e jovens com** competências básicas de literacia mediática para que possam **orientar crianças e jovens na utilização segura e crítica dos media** digitais.
- **Mudança Pretendida:** Multiplique o impacto do programa integrando a literacia mediática em **contextos familiares, salas de aula e atividades de educação comunitária.**

6. Reduzir a Divisão Digital entre Grupos Vulneráveis:

- **Objetivo:** Direcionar-se **a idosos, populações rurais e adultos com poucas competências digitais,** ajudando-os a desenvolver **confiança na utilização de plataformas digitais e no acesso a informação verificada.**
- **Mudança Intencional:** Tornar a literacia mediática **inclusiva e acessível,** colmatando a lacuna entre grupos com competências digitais e excluídos digitalmente.

3) Implementação / Metodologia

Como foi realizada a prática passo a passo?

Que atividades ou métodos foram utilizados?

Quanto tempo demorou?

Passo 1: Fase Preparatória – Planeamento e Desenho do Currículo (2 meses)

1. Avaliação de Necessidades

- Realizaram-se breves **inquéritos e entrevistas** com centros de educação de adultos, organizações comunitárias e potenciais participantes para identificar **lacunas de conhecimento e riscos comuns online** enfrentados pelos adultos.

2. Desenvolvimento curricular

- Especialistas em literacia mediática e segurança digital desenharam um **currículo modular** focado em:
 - Identificação de notícias falsas e desinformação
 - Compreender como funcionam os algoritmos e os anúncios direcionados
 - Proteção da privacidade digital
 - Comunicação ética online e envolvimento cívico
- Os materiais foram adaptados aos **níveis básicos de literacia e competências digitais**, com muitos **exemplos visuais e práticos**.

3. Preparação do formador

- Educadores de adultos, facilitadores de ONGs e trabalhadores comunitários realizaram **sessões de formação curtas** para garantir que conseguiam implementar o programa de forma interativa e orientar as discussões de forma eficaz.

Passo 2: Divulgação e Recrutamento de Participantes (1 mês)

- **Centros comunitários, bibliotecas e ONGs** promoveram a formação através de cartazes, rádio local e redes sociais, direcionando-se especificamente:
 - **Pais, professores, técnicos de juventude**
 - **Adultos mais velhos e residentes rurais**
 - **Associações de mulheres e grupos comunitários**

Passo 3: Oferta de Formação – Atividades Básicas de Aprendizagem (3 meses)

A formação foi ministrada em **sessões curtas e flexíveis** (2–3 horas cada, ao longo de 4–6 semanas), combinando **workshops presenciais** e **componentes online** para participação mista. Os principais métodos incluíram:

1. Workshops Interativos

- Discussões em grupo sobre **exemplos reais de notícias falsas e propaganda**
- Exercícios de **verificação de factos usando ferramentas online de confiança** (por exemplo, pesquisa inversa de imagens, verificação de websites)

2. Exercícios Práticos

- Sessões práticas sobre **como ajustar definições de privacidade** nas redes sociais
- Simulações de **cenários de desinformação**, ensinando os participantes a responder e corrigir informações falsas de forma respeitosa.

3. Aprendizagem Mista e Remota

- Para os participantes com acesso à internet, **módulos e questionários online** adicionais reforçaram conceitos-chave.

4. Aprendizagem e Partilha entre Pares

- Os participantes partilharam experiências pessoais relacionadas com a desinformação e debateram estratégias para ajudar familiares e amigos a adquirir mais literacia mediática.

Passo 4: Avaliação e Feedback (2 semanas)

- Os participantes preencheram **questionários** antes (**pré**) e depois (**pós**) da formação para avaliar os conhecimentos adquiridos.

- Os formadores recolheram **feedback qualitativo** para melhorar as futuras edições do programa.

Passo 5: Seguimento e Multiplicação (Em Curso)

1. Partilha de Recursos

- Os participantes receberam **guias e listas de verificação de factos fáceis de usar** para verificação de factos e segurança digital.
- Pais e educadores foram incentivados a **partilhar estes recursos com crianças, alunos e grupos comunitários**.

2. Apresentações Comunitárias

- Alguns participantes organizaram **palestras comunitárias informais** para aumentar a consciencialização sobre a desinformação e comportamentos seguros online.

Duração

O ciclo completo, desde a preparação até ao seguimento, demorava tipicamente **entre 4 e 6 meses**:

- **2 meses:** Preparação e desenho curricular
- **1 mês:** Divulgação e recrutamento
- **3 meses:** Implementação da formação (com grupos a correr em paralelo em diferentes locais)
- **Em curso:** Atividades de acompanhamento e multiplicação comunitária

4) Resultados / Conclusões

Quais foram os resultados concretos?

Como é que a prática impactou os participantes?

1. Melhoria das competências de pensamento crítico e literacia mediática:

- **Resultado Concreto:**

Mais **de 80% dos participantes** demonstraram melhorias significativas no **reconhecimento de notícias falsas, verificação da credibilidade das fontes e identificação de conteúdos manipulados** (medidos através de testes pré e pós-formação).

- **Impacto nos Participantes:**

Os adultos relataram sentir-se **mais confiantes ao questionar fontes de notícias**, e muitos começaram a usar **ferramentas de verificação de factos** no dia a dia.

"Eu costumava acreditar na maioria das coisas que via no Facebook. Agora verifico sempre a fonte e comparo notícias antes de partilhar." – Mira, 46 anos, participante

2. Maior Segurança Digital e Consciência de Privacidade:

- **Resultado Concreto:**

Os participantes aprenderam a ajustar **as definições de privacidade, a reconhecer esquemas de phishing e a proteger as suas contas online**. Muitos adultos mais velhos criaram ou atualizaram palavras-passe seguras pela primeira vez.

- **Impacto nos Participantes:**

Houve uma diminuição visível dos comportamentos de risco online, com os participantes a ensinar ativamente os familiares a **proteger os seus dados pessoais**.

"Depois desta formação, mudei todas as minhas palavras-passe e ensinei os meus filhos a fazê-lo. Agora, sinto-me mais seguro online." – Adnan, 39 anos, pai

3. Fortalecimento da Consciência Cívica e Comportamento Responsável na Internet:

- **Resultado Concreto:**
Os adultos relataram ter **menos probabilidade de partilhar informação não verificada** e mais conscientes de **como a desinformação afeta os processos democráticos**.
- **Impacto nos Participantes:**
Vários participantes juntaram-se a **iniciativas cívicas locais ou grupos online que promovem discussões baseadas em factos**.

"Nunca pensei em como partilhar informações erradas poderia prejudicar os outros. Agora verifico sempre antes de publicar." – Emira, 52 anos, professora

4. Empoderamento dos Pais e Educadores como Multiplicadores:

- **Resultado concreto:**
Professores, jovens e pais utilizaram os materiais para orientar **crianças e alunos** na utilização responsável do digital. Algumas escolas e centros comunitários integraram **sessões curtas de literacia mediática** nas suas atividades.
- **Impacto nos Participantes:**
Os pais sentiram-se **mais capazes de orientar as crianças**, e os educadores começaram a incorporar **análise crítica dos media** nas aulas.

5. Inclusão de Grupos Vulneráveis:

- **Resultado Concreto:**
Adultos mais velhos e participantes rurais, anteriormente excluídos destes programas, puderam **participar graças a conteúdos simplificados e opções de aprendizagem híbrida**.
- **Impacto nos Participantes:**
Os adultos mais velhos relataram sentir-se **menos "deixados para trás" no mundo digital**, ganhando confiança para usar serviços online (bancos, portais do governo online).

6. Impacto ao Nível da Comunidade:

- **Resultado concreto:**
Alguns participantes iniciaram **sessões informais entre** pares, partilhando competências de verificação de factos com vizinhos, grupos locais de mulheres e redes familiares.
- **Impacto:**
Isto criou um **efeito dominó**, espalhando o conhecimento de literacia mediática para além dos participantes diretos.

7. Impacto Institucional e a Longo Prazo:

- **Resultado Concreto:**
O programa inspirou **centros de educação de adultos e ONGs** a planear workshops **adicionais de literacia digital e pensamento crítico**.
- **Impacto:**
Contribuiu para **estratégias regionais de combate à desinformação**, alinhando-se com a **agenda da UNESCO para os Media e Literacia da Informação**.

5) Histórias dos Participantes – opcionais

Citações curtas, reflexões pessoais ou experiências partilhadas pelo participante

1. Amira, 44 anos, professora em Sarajevo

"Antes deste treino, sentia-me impotente quando os alunos partilhavam notícias falsas na aula. Agora posso mostrar-lhes como verificar fontes e falar sobre porque é que a desinformação é perigosa. Mudou a forma como ensino, e os meus alunos estão a tornar-se mais cuidadosos online."

2. Zoran, 56 anos, trabalhador reformado em Banja Luka

"Eu costumava acreditar em tudo o que via online, especialmente publicações que pareciam oficiais. Depois deste curso, aprendi a reconhecer perfis falsos e burlas. Até ajudei os meus vizinhos a proteger as suas contas do Facebook."

3. Selma, 38 anos, mãe de Tuzla

"Os meus filhos passam horas no TikTok e no YouTube. Agora sei como falar com eles sobre segurança online e explicar porque é que algumas coisas que veem não são verdade. Sinto-me mais confiante a guiá-los."

4. Jasmina, 29 anos, Técnica de Juventude em Mostar

"Isto não era só sobre aprender; tratava-se de compreender como os media moldam as nossas opiniões. Comecei um pequeno workshop no meu centro juvenil para ensinar aos adolescentes as mesmas coisas que aprendi aqui."

5. Adis, 47 anos, agricultor numa zona rural perto de Zenica

"Nunca pensei que este tipo de treino fosse para pessoas como eu. Agora posso usar melhor o meu smartphone, ler notícias de forma crítica e até verificar se algo é verdade antes de o partilhar com a minha família."

6) Fatores de Sucesso

O que tornou a prática eficaz ou inovadora?

Houve elementos únicos ou criativos?

1. Abordagem Prática e de Aprendizagem:

- **O que o tornou eficaz:**

O programa centrou-se em **exemplos reais e exercícios práticos**, como analisar publicações de notícias falsas, ajustar definições de privacidade e utilizar ferramentas de verificação de factos.

- **Elemento único:**

Em vez de teoria abstrata, os participantes praticaram competências que podiam aplicar imediatamente nas suas vidas digitais diárias.

2. Conteúdo adaptado para adultos com poucas competências digitais:

- **O que a tornou eficaz:**

Os materiais eram **simplicados e visuais**, tornando-os acessíveis até a adultos com experiência muito limitada em TIC.

- **Elemento único:**

Os formadores usaram **demonstrações passo a passo** e permitiram que os participantes aprendessem nos seus próprios telemóveis ou portáteis, aumentando **a confiança e a independência**.

3. Recrutamento Inclusivo e Baseado na Comunidade:

- **O que o tornou eficaz:**

O programa dirigiu-se ativamente **a idosos, residentes rurais e mulheres**, grupos frequentemente excluídos da educação digital.

- **Elemento único:**

A divulgação através de **centros comunitários, associações de mulheres e bibliotecas locais** trouxe participantes que nunca tinham frequentado tal formação antes.

4. Formato de Aprendizagem Misto e Flexível:

- **O que a tornou eficaz:**

A realização de **workshops presenciais de curta duração**, combinados com **sessões de acompanhamento online opcionais**, permitiu a participação tanto de participantes com competências digitais como de participantes menos experientes.

- **Elemento único:**

As sessões noturnas e os formatos em pequenos grupos foram adaptados para **pais e adultos trabalhadores**.

5. Multiplicação através de Educadores e Pais:

- **O que o tornou eficaz:**

Professores, jovens e pais foram formados como **multiplicadores informais**, espalhando conhecimento para crianças, estudantes e comunidades locais.

- **Elemento único:**

Os participantes receberam **listas de verificação simples e guias** para partilhar com outros, criando um **efeito dominó** para além dos formandos diretos.

6. Foco no Envolvimento Cívico e no Comportamento Responsável:

- **O que o tornou eficaz:**

Ao ligar a literacia mediática à **responsabilidade cívica e à participação democrática**, o programa motivou os participantes a **pensar criticamente sobre o seu papel como cidadãos informados**.

- **Elemento único:**

Alguns participantes começaram a **organizar pequenas sessões entre pares ou conversas comunitárias** após concluírem a formação.

7. Formadores experientes e ambiente de aprendizagem de apoio:

- **O que a tornou eficaz:**

Os formadores tinham experiência em **educação de adultos e literacia mediática**, utilizando **métodos interativos** e promovendo um **ambiente seguro e de apoio** onde os participantes podiam colocar questões livremente.

7) Transferibilidade / Recomendações

A prática pode ser usada noutros locais?

Que condições são necessárias para uma implementação bem-sucedida?

Sim, o projeto **Digital Media Literacy Basics** é **altamente transferível** e pode ser implementado noutros **países ou regiões**, particularmente naqueles que enfrentam:

- **Elevados níveis de desinformação e informações erradas**
- **Baixas taxas de literacia digital entre adultos**
- **Acesso limitado à educação formal em literacia mediática**

A metodologia é flexível e pode ser adaptada para:

- **Comunidades urbanas ou rurais**
- **Diferentes faixas etárias e níveis educativos**
- **Vários contextos culturais e sociopolíticos**

É especialmente relevante nos **Balcãs Ocidentais, Europa de Leste e países em desenvolvimento**, onde os adultos muitas vezes dependem fortemente das **redes sociais para obter informação**, mas carecem de **competências críticas de avaliação**.

1. Condições Necessárias para uma Implementação Bem-Sucedida:

Para replicar com sucesso esta prática, devem ser asseguradas várias condições habilitadoras:

A. Apoio Institucional e Comunitário

- **Parcerias com ONGs locais, bibliotecas e centros comunitários** são essenciais para chegar a adultos que raramente frequentam formação formal.
- **As autoridades locais e os ministérios da educação** devem apoiar o programa para garantir credibilidade e sustentabilidade.

B. Formadores Qualificados em Literacia Mediática

- Os formadores devem ter **experiência em educação de adultos** e formação em **métodos de literacia interativa para os media**.
- Recomenda-se uma **componente de Formação de Formadores (ToT)** para desenvolver a capacidade local.

C. Materiais Contextualizados e Simples

- Os materiais devem ser **adaptados às línguas locais, normas culturais e hábitos digitais**.

- Use **exemplos práticos e reais** relevantes para o cotidiano dos participantes (por exemplo, fontes de notícias locais, burlas comuns).

D. Inclusão e Acessibilidade

- Fornecer **conteúdos simplificados** para adultos com poucas competências digitais e participantes mais velhos.
- Oferecer **horários flexíveis** (noites, fins de semana) para acomodar adultos trabalhadores e pais.
- Considere **formatos offline ou mistos** para áreas com acesso limitado à internet.

E. Multiplicação e Envolvimento Comunitário

- Incentivar **pais, professores e jovens** a atuarem como multiplicadores.
- Forneça **guias e listas de verificação fáceis de partilhar** para espalhar o conhecimento para além dos participantes diretos.

F. Financiamento e Apoio Sustentável

- Garantir financiamento de **governos locais, projetos da UE ou organizações internacionais** (por exemplo, UNESCO, OSCE) para garantir a continuidade.
- Ligue o programa a **estratégias nacionais de aprendizagem ao longo da vida ou de educação cívica** para garantir apoio a longo prazo.

2. Recomendações para Escalabilidade e Adaptação:

1. **Comece com Grupos Piloto: Teste** a metodologia com pequenos grupos, recolha feedback e adapte antes do lançamento nacional.
2. **Integrar nos Centros de Educação de Adultos Existentes:** Combinar com outros **cursos digitais ou de educação cívica** para atrair mais participantes.
3. **Promova através de campanhas públicas:** Use **rádio local, televisão e redes sociais** para aumentar a consciencialização sobre a importância da literacia mediática.
4. **Avaliar e atualizar regularmente:** Realizar **inquéritos de acompanhamento** para monitorizar o impacto do programa e ajustar o conteúdo às novas tendências digitais (por exemplo, desinformação gerada por IA).

8) Dicas / Conselhos de Implementação – opcionais

Listas de verificação, lições ou conselhos para quem deseja implementar a prática.

1. Comece com uma Avaliação das Necessidades:

Lista de verificação:

Realize **inquéritos ou entrevistas curtas** para compreender as tendências locais de desinformação e os hábitos digitais dos participantes.

Identifique **quais as plataformas (Facebook, TikTok, WhatsApp, etc.) mais utilizadas** pelo grupo-alvo para adaptar conteúdos.

Lição: Adaptar exemplos ao ambiente digital diário dos participantes aumenta **a relevância e a motivação**.

2. Usar exemplos práticos e da vida real:

Lista de verificação:

Recolha **notícias falsas locais ou fraudes virais** como exemplos de formação.

Demonstre **verificação de factos em tempo real** durante os workshops.

Lição: Os participantes aprendem melhor quando conseguem **aplicar imediatamente novas competências a situações familiares**.

3. Mantenha o conteúdo simples e visual:

Lista de verificação:

Use **infografias, capturas de ecrã e guias passo a passo** em vez de textos longos.

Forneça **guias/listas impressas de verificação rápida** que os participantes possam levar para casa.

Lição: Muitos adultos, especialmente os mais idosos, **aprendem melhor visualmente** e podem ter dificuldade com terminologia complexa.

4. Criar um ambiente de aprendizagem seguro e interativo:

Lista de verificação:

Incentive os participantes a **partilhar experiências pessoais com desinformação**. Use **discussões em pequenos grupos e aprendizagem entre pares** para deixar os participantes confortáveis.

Lição: Os adultos estão mais envolvidos quando conseguem **relacionar o tema com as suas vidas pessoais**.

5. Incluir a Privacidade Digital como Tema Central:

Lista de verificação:

Demonstre como **alterar as definições de privacidade** em plataformas populares. Ensine **gestão de palavras-passe e reconhecimento de burlas** através de exercícios práticos.

Lição: A formação em segurança digital aumenta **a confiança e a motivação** para continuar a aprender.

6. Atacar os multiplicadores logo no início:

Lista de verificação:

Recrute **professores, técnicos de juventude e pais** que possam partilhar conhecimento com outros. Forneça-lhes **recursos prontos a usar** (posters, apresentações simplificadas).

Lição: Os multiplicadores ajudam a criar um **efeito dominó**, alargando o alcance do programa para além dos participantes diretos.

7. Garantir Inclusão e Flexibilidade:

Lista de verificação:

Oferecer **sessões à noite/fins de semana** para adultos que trabalham e pais. Disponibilize **opções de aprendizagem** offline ou materiais impressos para quem não tem acesso à internet.

Lição: A acessibilidade é fundamental para alcançar **populações vulneráveis e rurais**.

8. Acompanhe e mantenha-se atualizado:**Lista de verificação:**

Organize **sessões de acompanhamento** ou grupos online para partilhar novas tendências de desinformação. Atualize **regularmente os materiais de formação** para cobrir riscos emergentes (por exemplo, deepfakes, notícias falsas geradas por IA).

Lição: A literacia mediática é **dinâmica**, exigindo atualizações contínuas para se manter eficaz.

9) Lições Aprendidas - opcional

Maiores surpresas, obstáculos ou principais conclusões durante a implementação.

1. Adultos mais velhos aprenderam mais rápido do que o esperado:

- **Surpresa:** Muitos participantes mais velhos, uma vez apresentados **a ferramentas visuais simples e exemplos práticos**, aprenderam a usar ferramentas de verificação de factos e a ajustar as definições de privacidade muito mais rapidamente do que o previsto.
- **Conclusão:** Com a metodologia certa e **paciência**, os adultos mais velhos podem tornar-se **aprendentes digitais ativos e multiplicadores** nas suas comunidades.

2. A construção de confiança era essencial para o envolvimento:

- **Obstáculo:** No início, alguns participantes mostraram-se céticos, acreditando que “de qualquer forma, não se pode confiar em nada que se encontra online” ou não vendo qualquer motivo para verificar os factos.
- **Conclusão:** Os formadores precisavam de **construir confiança gradualmente**, começando por **histórias pessoais e exemplos reais** para mostrar a relevância da literacia mediática.

3. A desinformação vem frequentemente de familiares e amigos:

- **Surpresa:** Os participantes admitiram que foram mais influenciados pelo **conteúdo partilhado por contactos próximos**, não apenas por fontes anónimas online.
- **Conclusão:** A formação deve incluir **estratégias de comunicação** para discutir a desinformação de forma respeitosa dentro das famílias e círculos sociais.

4. Sessões com Baixas Competências Digitais:

- **Obstáculo:** Alguns participantes, especialmente rurais e idosos, careciam de competências básicas de navegação em smartphones ou internet, necessitando **de mais tempo para orientação prática**.
- **Conclusão:** É altamente recomendado adicionar uma **sessão introdutória de competências digitais** antes da formação em literacia mediática.

5. A aprendizagem entre pares aumentou a motivação:

- **Surpresa:** Os participantes gostaram **de partilhar dicas e experiências uns com os outros**, o que criou um ambiente de aprendizagem solidário.
- **Conclusão:** **A aprendizagem entre pares e as atividades em pequenos grupos** são cruciais para os alunos adultos, aumentando a confiança e a retenção.

6. Professores e pais tornaram-se multiplicadores inesperados:

- **Surpresa:** Muitos professores e pais adaptaram imediatamente **os materiais para uso com alunos e crianças** sem serem formalmente solicitados.
- **Conclusão:** Direcionar estes grupos desde o início pode **expandir significativamente o alcance do programa**.

7. Necessidade de Atualizações Contínuas:

- **Obstáculo:** O ambiente digital muda rapidamente, e os participantes são frequentemente questionados sobre **novas formas de manipulação (por exemplo, deepfakes, conteúdos gerados por IA)**.

- **Conclusão:** Os programas precisam **de atualizações** regulares e **workshops de acompanhamento** para se manterem relevantes.

10) Fotografias que ilustram a prática descrita

Por favor, anexe pelo menos 3 fotos relacionadas com as boas práticas descritas





PERFIL DE PRÁTICA – LISTA DE VERIFICAÇÃO DE CLASSIFICAÇÃO

Por favor, assinala todas as categorias que se aplicam à tua prática descrita. Pode escolher mais do que um.

TIPO DE PRÁTICA

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> | Aprender fazendo |
| <input type="checkbox"/> | Aprendizagem intergeracional |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Aprendizagem baseada na comunidade |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Aprendizagem digital / mista |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Aprendizagem entre pares |
| <input type="checkbox"/> | Mentoria / coaching |
| <input checked="" type="checkbox"/> | Abordagens culturais/criativas |
| <input type="checkbox"/> | Colaborativo / baseado em parceiros |



Outros (especificar):

GRUPO-ALVO

Adultos com baixas

NEETs (Não em Educação, Emprego ou Formação)

Migrantes /

Adultos mais velhos

Pessoas com deficiência

Outros grupos

População adulta geral

AMBIENTE DE

Formal

Não formal

Informal

COMPETÊNCIAS / COMPETÊNCIAS

DESENVOLVIDAS

Literacia (leitura, escrita, compreensão)

Competências digitais

STEM (ciência, tecnologia, engenharia, matemática)

Pessoal, social e aprender a aprender

Competências

Empreendedorismo

Consciência cultural e expressão

Competências linguísticas

Competências profissionais /

Competências verdes

Outros

(especificar):

POTENCIAIS

Pessoal administrativo

Gestão da escola / centro

Decisores políticos / Administração pública

ONGs / Organizações comunitárias

Outros (especificar):

Glossário de Categorias (Explicação dos Itens da Lista de Verificação)





Tipo de Prática

- Aprender fazendo – aprender através de atividades práticas, métodos práticos como workshops ou tarefas reais.
- Aprendizagem intergeracional – atividades envolvendo participantes de diferentes faixas etárias a aprender uns com os outros.
- Aprendizagem baseada na comunidade – aprendizagem que ocorre dentro da comunidade local, muitas vezes através de envolvimento na vida real.
- Aprendizagem digital / mista – educação usando ferramentas digitais (online), ou uma combinação de métodos online e presenciais.
- Aprendizagem entre pares – aprendizagem entre participantes de estatuto ou experiência semelhante, apoiando-se mutuamente.
- Mentoria / coaching – apoio individual de uma pessoa mais experiente para ajudar na aprendizagem e crescimento pessoal.
- Abordagens culturais/criativas – uso das artes, música, teatro, narrativa, etc., como ferramentas de aprendizagem.
- Colaborativa / baseada em parceiros – práticas que envolvem cooperação entre organizações ou grupos.
- Outro (especificar) – qualquer outro método que não esteja listado acima.

Grupo-alvo

- Adultos com baixas qualificações – adultos com baixos níveis de educação formal ou competências básicas.
- NEETs – pessoas que não estão em Educação, Emprego ou Formação (frequentemente jovens adultos).
- Migrantes / Refugiados – indivíduos que se mudaram de outro país, frequentemente enfrentando desafios de integração.
- Adultos mais velhos – Adultos com 65+ anos
- Mulheres – práticas que abordam especificamente as necessidades das mulheres.
- Pessoas com deficiência – indivíduos com deficiências físicas, sensoriais, intelectuais ou de saúde mental.
- Outros grupos vulneráveis – grupos em risco de exclusão (por exemplo, desempregados de longa duração, sem-abrigo).
- População adulta geral – adultos médios não pertencentes a categorias específicas.

Ambiente de Aprendizagem

- Formal – aprendizagem nos sistemas oficiais de ensino, cursos certificados (por exemplo, escolas, universidades).
- Não formal – aprendizagem organizada fora do sistema formal (por exemplo, workshops, formação comunitária).
- Informal – aprendizagem através de experiências do dia a dia, sem um curso estruturado (por exemplo, voluntariado, família).

Competências / Competências Desenvolvidas

- Literacia – leitura, escrita e compreensão de textos (incluindo textos funcionais como formas).
- Numeracia – usando matemática e raciocínio lógico.
- Competências digitais – utilização de ferramentas digitais, por exemplo, criação de CV, ferramentas online, plataformas online.
- STEM – ciência, tecnologia, engenharia e matemática.
- Pessoal, social e aprender – autoconsciência, motivação, trabalho em equipa, competências de aprendizagem ao longo da vida.





- Competências cívicas – cidadania ativa, compreensão da democracia e responsabilidades sociais.
- Empreendedorismo – criatividade, inovação, gestão de projetos, assunção de riscos.
- Consciência e expressão cultural – apreciação e criação de conteúdos culturais (por exemplo, artes, música).
- Competências linguísticas – capacidade de comunicar numa ou mais línguas estrangeiras.
- Competências relacionadas com o trabalho / vocacionais – competências práticas úteis em empregos ou profissões específicas.
- Competências verdes – conhecimentos e comportamentos que apoiam a sustentabilidade e o cuidado ambiental.
- Outros – quaisquer outras competências desenvolvidas (por favor, especifiquem).

Potenciais utilizadores – grupos que poderiam beneficiar de aplicar, adaptar ou inspirar-se nesta prática no seu contexto de trabalho.

Nota: Estas categorias seguem quadros da UE como as Competências Chave para a Aprendizagem ao Longo da Vida (2018), o Plano de Ação sobre Competências Básicas (2025) e o Guia do Programa Erasmus+ 2025 – Glossário

