



## **ICTskills4All**

Empowering old adult  
citizens for a digital world

## **Intellectual Output 6**

Recomendações para  
a transferibilidade dos  
resultados do ICTskills4All



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

Project reference  
2018-1-PT01-KA204-047353

16/02/2021

## Informação do documento

Acrónimo do projeto	ICTskills4All
Título do projeto	Capacitar os seniores para os desafios do mundo digital
Título do documento	Recomendações para a transferibilidade dos resultados do ICTskills4All
Intellectual Output do Projeto	IO6. Recomendações para a transferibilidade dos resultados do ICTskills4All
Referência do Projecto	2018-1-PT01-KA204-047353
Nível de Disseminação	Pública
Data de entrega:	16/02/2021
Autores:	ALL DIGITAL com a colaboração dos parceiros do projeto ICTskills4All
Palavras-chave:	Adultos mais velhos, competências digitais, aprendizagem intergeracional, aprendizagem entre pares
Versão do documento	3
Website do Projeto	<a href="https://www.ictskills4all.eu">https://www.ictskills4all.eu</a>
<p>O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui uma aprovação do conteúdo, que reflecte apenas as opiniões dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita das informações aqui contidas.</p>	

# Índice

Informação do documento .....	2
Resumo .....	<b>Erro! Marcador não definido.</b>
1. Descrição do Projeto .....	5
2. Contexto da política da UE em envelhecimento ativo e inclusão digital .....	8
3. Recomendações para a transferibilidade dos resultados do projeto .....	13
3.1 Recomendações para empresas de formação.....	13
3.2 Recomendações para decisores políticos.....	17

## **Resumo**

Este documento é baseado nas conclusões de diferentes experiências de pilotagem a nível nacional obtidas através da implementação da metodologia do projeto ICTskills4All. Foi elaborado tendo em consideração as contribuições de todos os parceiros do projeto.

O objetivo deste documento é facilitar a transferência e o aprimoramento da metodologia do ICTskills4All para promover o envelhecimento ativo e capacitar os idosos para um mundo digital. As recomendações são baseadas no impacto do projeto e dirigem-se a provedores de educação de adultos e decisores políticos no campo da educação de adultos, envelhecimento ativo e inclusão digital.

## 1. Descrição do Projeto

Com o envelhecimento crescente da população, os idosos são um segmento significativamente importante da sociedade que não pode ser deixado para trás. E dentro do grupo demográfico mais velho, os mais idosos estão a crescer rapidamente. No entanto, quase todos os produtos e serviços de tecnologia digital são desenhados, produzidos e comercializados exclusivamente por e para jovens. Paralelamente a essa desconexão, os idosos já são os mais propensos a serem vítimas de ciber crimes, com as maiores perdas.

Os decisores políticos juntamente com a indústria tecnológica devem ter isso em consideração e construir estruturas de educação para apoiar o uso da tecnologia por pessoas mais velhas. O impacto económico de excluir digitalmente os idosos é muito difícil de medir, mas não só devem os idosos ser protegidos e capacitados pela tecnologia, como também devem ser uma parte fundamental do mundo digital do futuro. Se isso não for tido em consideração, no futuro os idosos serão menos independentes, menos criativos, contribuirão menos economicamente (alimentando ainda mais a crise das pensões), ficarão mais isolados e mais desconectados.

Neste contexto, o projeto **ICTskills4All “Capacitar os seniores para os desafios do mundo digital”** pretende responder a estes desafios específicos. O ICTskills4All visa promover as competências digitais, a autoconfiança e a segurança online de pessoas com 55 anos de idade ou mais que tenham um mínimo ou nenhum envolvimento com a tecnologia digital.

O ICTskills4All é financiado pelo Programa Erasmus+ da União Europeia, no âmbito da ação KA2 Strategic Partnerships in Adult Education. A duração total do projeto é de 30 meses: de setembro de 2018 a fevereiro de 2021. O ICTskills4All é coordenado pela Universidade do Porto e envolve um total de 5 parceiros de 5 países (Portugal, Polónia, Letónia, Reino Unido e Bélgica). O objetivo do projeto era desenvolver e pilotar um Programa intergeracional e entre pares de Aprendizagem de TIC (Tecnologias de Informação e Comunicação) para melhorar a confiança, as competências digitais e a segurança online de idosos sem ou com competências digitais básicas em quatro dos países do projeto.

Os principais resultados do projeto ICTskills4All estão resumidos abaixo:

- **Relatório sobre os recursos online existentes** para melhorar as habilidades digitais em adultos mais velhos, incluindo o tipo de informação e conteúdo;
- **Relatório sobre programas educacionais intergeracionais e entre pares** para melhorar as competências digitais em adultos mais velhos;

- **Programa de Aprendizagem ICTskills4All** (plataforma online e conteúdos para formação presencial).
- **Recomendações do projeto** baseados nos resultados das atividades de formação, para posterior transferibilidade e aprimoramento dos resultados do projeto.

Foram produzidos dois relatórios importantes pelos parceiros do projeto ICTskills4All, incluindo os recursos existentes para a inclusão digital de pessoas idosas. Esses recursos serviram de base para o desenvolvimento da plataforma online ICTskills4All e do conteúdo de formação para os programas educacionais intergeracionais e entre pares (peer-to-peer).

O **Programa de Aprendizagem ICTskills4All** inclui, especificamente:

- Uma **plataforma online** com informações, ferramentas de formação e recursos dirigidos a uma população mais velha com poucas competências digitais;
- Apoio presencial usando a **abordagem intergeracional e peer-to-peer** dirigida àqueles que não possuem competências digitais. O objetivo desta fase foi dotar essas pessoas com as competências digitais básicas que lhes permitem aceder à plataforma.

A plataforma online ICTskills4All contém informações gerais, bem como ferramentas de aprendizagem simples que podem ser acessadas por pessoas mais velhas de forma autónoma para melhorar as suas competências digitais. A plataforma está disponível nos diferentes idiomas do projeto (inglês, letão, polaco e português).

O objetivo principal dos pilotos presenciais foi testar duas metodologias de aprendizagem diferentes: a abordagem intergeracional, em que estudantes universitários ajudam os idosos, e a abordagem *peer-to-peer*, em que os idosos sem competências digitais são assistidos por colegas com mais competências. Os pilotos do projeto tiveram lugar em quatro países parceiros: Portugal, Reino Unido, Letónia e Polónia. Devido à vulnerabilidade do nosso grupo-alvo e à pandemia COVID-19, para reduzir o risco de propagação do vírus e em total adesão às restrições de saúde pública locais e nacionais, as atividades presenciais e os pilotos peer-to-peer tiveram de ser conduzido com várias restrições e constrangimentos, fazendo com que em alguns países apenas tenha sido realizado um modelo e noutros tenham sido substituídos integralmente por uma modalidade online, também dirigida às famílias para chegar à população mais velha.

Um grande número de partes interessadas importantes (*key stakeholders*) estiveram envolvidas ao longo do projeto em todos os países envolvidos e a nível Europeu nos campos da educação de adultos,

inclusão social e digital, incluindo empresas de formação, educadores e formadores que trabalham com idosos, cuidadores, gestores de centros de competências digitais, decisores políticos, representantes da academia e da indústria, etc.

Todos os resultados do projeto estarão disponíveis no site: <https://www.up.pt/ictskills4all/>

Parceiros do projeto ICTskills4All:

- [Universidade do Porto, Portugal](#) – Coordenador do Projeto
- [HIPOKAMP, Polónia](#)
- [Cybermoor Services, Reino Unido](#)
- [Rigas Aktivo Senioru Alianse, Letónia](#)
- [ALL DIGITAL, Bélgica](#)

## 2. Contexto da política da UE em envelhecimento ativo e inclusão digital

A estrutura etária da população da União Europeia (UE) deverá mudar significativamente nas próximas décadas. Prevê-se que o rácio demográfico de dependência dos idosos (pessoas com 65 ou mais anos em relação às pessoas com 15-64 anos) aumente significativamente em toda a UE nas próximas décadas. Sendo cerca de 25% em 2010, subiu para 29,6% em 2016 e projeta-se que aumente ainda mais, em particular até 2050, e eventualmente alcance 51,2% em 2070.<sup>1</sup>

O envelhecimento da população em geral na Europa deve-se ao declínio da fertilidade, “Envelhecendo de baixo para cima”, e à maior esperança de vida, “Envelhecendo de cima para baixo”. Este envelhecimento populacional traz muitos desafios para a sociedade, bem como a necessidade de intervenções que possam manter ou melhorar a saúde mental e física, a autonomia pessoal e o bem-estar social dos mais velhos.<sup>2</sup> Enquanto os cidadãos europeus envelhecem, as sociedades e economias europeias estão a passar por mudanças significativas, inovações digitais e tecnológicas, bem como pelo mercado de trabalho e por mudanças demográficas. Dados recentemente divulgados do Eurostat projetam um declínio da população em idade ativa em 5% até 2030, caindo de cerca de 66% para pouco mais de 60% da população total<sup>3</sup>. Estas mudanças não só afetam a vida profissional dos adultos, mas também a vida privada. A falta de competências digitais na população sénior é muitas vezes sinónimo de isolamento social, dificuldade de acesso a informações e serviços, perda de autonomia e aumento do sentimento de incapacidade de adaptação à sociedade.

Melhorar as competências digitais em adultos mais velhos é uma forma de melhorar a sua qualidade de vida através de um estilo de vida ativo (educação, participação social, hobbies, etc.) e liberdade de escolha e decisão (tempo de lazer, informação, viagens, cuidados de saúde, etc.). Com o aprimoramento desses conhecimentos, os cidadãos seniores podem permanecer no mercado de trabalho por um extenso período, contribuindo também para a produtividade da sociedade. A educação contínua traz também benefícios para a saúde mental; facilita a sua participação na sociedade, independência e autonomia. A capacidade de fazer escolhas informadas sobre a própria vida e o sentido de responsabilidade de participar do mundo e de influenciar pessoas, eventos e circunstâncias - está, de acordo com a OCDE, no centro da aprendizagem e, conseqüentemente, de qualquer mudança na sociedade<sup>4</sup>. Portanto, as oportunidades de aprendizagem ao longo da vida permitem que os mais velhos

---

<sup>1</sup> European Commission (European and Financial Affairs), The 2018 Ageing Report - Underlying Assumptions & Projection Methodologies - INSTITUTIONAL PAPER 065 | NOVEMBER 2017, <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/news/2018-ageing-report-underlying-assumptions-and-projection-methodologies>

<sup>2</sup> Radu SZEKELY, Intergenerational Learning - Results from the European Network for Intergenerational Learning ENIL, EPALE Electronic Platform for Adult Learning in Europe, 9 NOVEMBER 2017

<sup>3</sup> EAEA, The Future of Adult Learning, Background paper, December 2019, available at: <https://eaea.org/wp-content/uploads/2019/12/The-future-of-adult-learning-in-Europe.pdf>

<sup>4</sup> EAEA, The Future of Adult Learning, Background paper, December 2019, available at: <https://eaea.org/wp-content/uploads/2019/12/The-future-of-adult-learning-in-Europe.pdf>



adquiriram as competências de que precisam para viver ativamente na sociedade de hoje. Os adultos não podem confiar apenas nas competências que adquiriram na escola.

Os últimos resultados do inquérito às forças de trabalho da UE mostram que, em 2018, a taxa de participação dos cidadãos trabalhadores na aprendizagem ao longo da vida era de apenas 11%<sup>5</sup>. No entanto, a taxa de participação dos adultos na aprendizagem varia significativamente entre os países da UE: de 31,6% a 2,4%<sup>6</sup>.

Apesar da tendência geral na aprendizagem de adultos, cerca de um quarto da população adulta europeia apresenta baixas competências de cálculo e digitais. Os adultos que não possuem um nível suficiente dessas competências enfrentam um elevado risco de exclusão social. De acordo com os resultados do Relatório 2020 do **Digital Economy and Society Index (DESI)** em toda a UE, em 2019 uma grande parte da população da UE ainda carecia de competências digitais básicas, embora a maioria dos empregos exijam essas competências. A percentagem de cidadãos da UE sem competências digitais básicas ascende a 42%.<sup>7</sup> Em 2020, o mundo foi atingido pela pandemia COVID-19. Como em outras partes do mundo, a Europa enfrentou uma crise sem precedentes e a necessidade urgente de responder aos desafios imediatos de saúde pública e às conseqüentes questões económicas e sociais. A crise do COVID-19 levou a uma mudança sem precedentes para a aprendizagem online e tecnologias digitais.

Foram realizadas ações a nível europeu para responder às necessidades acima mencionadas. Para se ter uma melhor ideia, estão identificadas abaixo as principais políticas e iniciativas específicas da UE no domínio da aprendizagem de adultos e da educação digital que foram empreendidas nos últimos anos.

Em janeiro de 2021, a Comissão Europeia apresentou o **Livro Verde sobre o Envelhecimento - Promover a solidariedade e a responsabilidade entre gerações**<sup>8</sup> para lançar um amplo debate político sobre os desafios e oportunidades do envelhecimento da sociedade europeia: "O Livro Verde tem uma abordagem de ciclo de vida, refletindo o impacto universal do envelhecimento em todas as gerações e fases da vida. Ao fazê-lo, destaca a importância de encontrar o equilíbrio certo entre soluções sustentáveis para os nossos sistemas de bem-estar e o fortalecimento da solidariedade intergeracional.

Em setembro de 2020, a Comissão Europeia publicou o **Plano de Ação de Educação Digital 2021-2027**<sup>9</sup> (DEAP) com foco em duas prioridades estratégicas: (1) Promover um ecossistema de educação digital de alto desempenho; e (2) Aumentar as habilidades e competências digitais para a era digital.

A crise do COVID-19 reforçou a necessidade de promover uma compreensão sólida do mundo digital e apoiar o desenvolvimento das competências digitais de cidadãos e alunos de todas as idades. As ações

---

<sup>5</sup> Eurostat website: <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/DDN-20190517-1>

<sup>6</sup> EU Labour Force Survey (EU-LFS), 2018 available at : [https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcode=sdg\\_04\\_60&plugin=1](https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcode=sdg_04_60&plugin=1)

<sup>7</sup> European Commission, Digital Economy and Society Index (DESI) Report 2019 - Human capital, available at: <https://ec.europa.eu/digital-single-market/en/human-capital>

<sup>8</sup> [https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/1\\_en\\_act\\_part1\\_v8\\_0.pdf](https://ec.europa.eu/info/sites/info/files/1_en_act_part1_v8_0.pdf)

<sup>9</sup> [https://ec.europa.eu/education/education-in-the-eu/digital-education-action-plan\\_en](https://ec.europa.eu/education/education-in-the-eu/digital-education-action-plan_en)

no âmbito da prioridade 2 visam as competências digitais básicas e avançadas com o objetivo de promover a cidadania digital e a inclusão. O DEAP destaca como a compreensão e o uso de tecnologias digitais para o ensino e aprendizagem requerem uma abordagem crítica e uma perspectiva holística: “Incorporar tecnologias digitais no ensino e em processos de aprendizagem não significa simplesmente replicar ou transpor práticas presenciais ou abordagens tradicionais online . É um processo complexo, que requer capacidade digital robusta, incluindo planeamento para a mudança organizacional, monitorização e adaptação contínuos e um forte foco na pedagogia voltada para a aprendizagem”. Deve ser elaborado um Plano de Ação Digital específico para pessoas mais velhas, uma vez que, infelizmente, o DEAP atual não inclui quaisquer ações que abordem este grupo-alvo específico e as necessidades relacionadas.

As competências essenciais, conforme definidas no **Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning**<sup>10</sup>, adotado em maio de 2018, visa lançar as bases para alcançar sociedades mais igualitárias e mais democráticas. A Recomendação atualiza as definições de competências-chave e destaca a necessidade de desenvolver práticas de ensino, ferramentas de avaliação e ambientes de aprendizagem inovadores. A definição de competências digitais é alargada e atualizada para refletir a natureza mutável da tecnologia digital na vida profissional e na sociedade de forma mais ampla: “aumentar e melhorar o nível de competências digitais em todas as fases da educação e formação, em todos os segmentos da população”. A nova definição também foi alinhada com o **Digital Competence Framework for Citizens (DigComp)**<sup>11</sup>: A Recomendação propôs um Quadro de Referência como uma ferramenta de referência para decisores políticos, provedores de educação e formação, equipas educacionais, profissionais de orientação, empregadores, serviços públicos de emprego e os próprios alunos.

A Comissão Europeia está atualmente a trabalhar no acompanhamento do quadro estratégico Educação e Formação 2020 (ET2020), a implementação da **Agenda Global 2030**<sup>12</sup> e revisão da Agenda Europeia para a Aprendizagem de Adultos como documento-chave para delinear as políticas europeias de educação de adultos. A *European Agenda for Adult Learning (EAAL)*<sup>13</sup> define o enfoque da cooperação europeia nas políticas de educação de adultos. Foi adotado pelo Conselho em novembro de 2011. A Agenda destaca a necessidade de aumentar significativamente a participação dos adultos na aprendizagem de todos os tipos (aprendizagem formal, não formal e informal), seja para adquirir novas competências de trabalho, para a cidadania ativa ou para o desenvolvimento e realização pessoal. Os coordenadores nacionais de cada Estado-Membro da União Europeia acompanham o processo de implementação da agenda. A EAAL fazia parte do quadro estratégico ET2020 para a cooperação

---

<sup>10</sup> [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32018H0604\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32018H0604(01)&from=EN)

<sup>11</sup> <https://ec.europa.eu/jrc/en/digcomp>

<sup>12</sup> <https://sdgs.un.org/2030agenda>

<sup>13</sup> [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=uriserv:OJ.C\\_.2011.372.01.0001.01.ENG](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=uriserv:OJ.C_.2011.372.01.0001.01.ENG)

européia em educação e formação<sup>14</sup>. Os *benchmarks* ET2020 incluíram também uma meta para a educação de adultos: pelo menos 15% de todos os adultos participam da aprendizagem ao longo da vida até 2020. No entanto, tal como referido acima, tal não foi alcançado: a taxa de participação dos cidadãos trabalhadores na aprendizagem ao longo da vida foi de apenas 11,1%<sup>15</sup>.

A *European Education Area*<sup>16</sup> propõe aumentar a participação de adultos na aprendizagem ao longo da vida para 25% até 2025. É absolutamente necessário aumentar a participação em geral, mas particularmente dos adultos com baixas competências básicas<sup>17</sup>.

A *European Skills Agenda*<sup>18</sup> para a competitividade sustentável, justiça social e resiliência, apresentado pela Comissão Europeia em julho de 2020, estabelece objetivos ambiciosos e quantitativos de aperfeiçoamento (melhoria das competências existentes) e requalificação (formação em novas competências) a atingir nos próximos 5 anos. As suas 12 ações centram-se nas competências para o emprego, estabelecendo parcerias com Estados-Membros, empresas e parceiros sociais para trabalharem juntos para a mudança, capacitando as pessoas a embarcar na aprendizagem ao longo da vida e utilizando o orçamento da UE como um catalisador para desbloquear o investimento público e privado nas competências das pessoas. O objetivo é assegurar que o direito à formação e aprendizagem ao longo da vida, consagrado no *European Pillar of Social rights*<sup>19</sup>, e também referindo-se à iniciativa Upskilling Pathways<sup>20</sup>, torna-se uma realidade em toda a Europa. “A Comissão está a colocar as competências no centro da agenda política da UE, orientando o investimento nas pessoas e nas suas competências para uma recuperação sustentável após a pandemia do coronavírus. As empresas precisam de trabalhadores com as competências necessárias para dominar as transições verdes e digitais, e as pessoas precisam de ser capazes de obter a educação e a formação certas para ter sucesso na vida”<sup>21</sup>.

Por fim, é relevante mencionar que a educação de adultos relacionada com as políticas de envelhecimento ativo recebeu um destaque particular em 2012, com o **Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações**<sup>22</sup>. Durante 2012, houve centenas de iniciativas distintas a todos os níveis na União Europeia e fora dela. Estas iniciativas foram particularmente centradas na promoção da aprendizagem intergeracional entre as gerações mais velhas e jovens. A “EY2012 Coalition” foi criada e gerida por uma rede chamada *AGE-Platform Europe*<sup>23</sup>. A publicação

---

<sup>14</sup> [https://ec.europa.eu/education/policies/european-policy-cooperation/et2020-framework\\_en](https://ec.europa.eu/education/policies/european-policy-cooperation/et2020-framework_en)

<sup>15</sup> EU Labour Force Survey (EU-LFS), 2018 available at :

[https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcode=sdg\\_04\\_60&plugin=1](https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcode=sdg_04_60&plugin=1)

<sup>16</sup> [https://ec.europa.eu/education/education-in-the-eu/european-education-area\\_en](https://ec.europa.eu/education/education-in-the-eu/european-education-area_en)

<sup>17</sup> EAEA, The Future of Adult Learning, Background paper, December 2019, available at: <https://eaea.org/wp-content/uploads/2019/12/The-future-of-adult-learning-in-Europe.pdf>

<sup>18</sup> [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/IP\\_20\\_1196](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/IP_20_1196)

<sup>19</sup> <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1226>

<sup>20</sup> [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016H1224\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016H1224(01)&from=EN)

<sup>21</sup> [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/IP\\_20\\_1196](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/IP_20_1196)

<sup>22</sup> [http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/IDAN/2015/536344/EPRS\\_IDA\(2015\)536344\\_EN.pdf](http://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/IDAN/2015/536344/EPRS_IDA(2015)536344_EN.pdf)

<sup>23</sup> <https://www.age-platform.eu/articles/29-april-eu-day-solidarity-between-generations>

*Towards an Age-Friendly European Union by 2020*<sup>24</sup> procura explicar o que pode ser feito para criar uma UE amiga do idoso, promovendo a solidariedade entre gerações e permitindo a participação ativa e o envolvimento de todas as idades na sociedade.

---

<sup>24</sup> [https://www.age-platform.eu/sites/default/files/Towards\\_an\\_Age\\_Friendly\\_EU\\_FINAL.pdf](https://www.age-platform.eu/sites/default/files/Towards_an_Age_Friendly_EU_FINAL.pdf)

### 3. Recomendações para a transferibilidade dos resultados do projeto

A metodologia de formação desenvolvida no projeto ICTskills4All atingiu os objetivos definidos e foi avaliada positivamente pelos participantes do piloto e outras partes interessadas. No entanto, o impacto do COVID-19 na implementação dos pilotos foi significativo. O ensino de competências digitais sem contato presencial traz desafios para os educadores. Devido à pandemia, o ensino à distância e a colaboração online tornaram-se a metodologia básica a ser seguida, o que também impactou as circunstâncias pessoais, capacidade e motivação dos participantes para participar ativamente no curso.

O plano original era implementar atividades de formação online e presencial. O principal objetivo dos pilotos presenciais era testar as duas diferentes metodologias de formação em quatro países do projeto: a abordagem intergeracional, em que os alunos mais jovens ajudam os mais velhos, e a abordagem *peer-to-peer*, em que pessoas mais velhas sem competências digitais são auxiliadas por colegas com mais competências. Devido à pandemia de COVID-19, as atividades de formação presencial tiveram de ser implementadas com algumas restrições e constrangimentos. Em alguns países do projeto, apenas um dos dois pilotos (aprendizagem intergeracional e *peer-to-peer*) foi realizado, enquanto em outros foram totalmente ministrados online, envolvendo também alguns membros das famílias dos alunos para melhor alcançar e apoiar as pessoas mais velhas.

Os parceiros do projeto elaboraram **dois conjuntos de recomendações** (para formadores e decisores políticos) para promover e apoiar a transferência e a melhoria da metodologia e dos principais resultados de ICTskills4All no setor de educação não formal de adultos em toda a Europa. As recomendações são baseadas nos resultados do projeto e na vasta experiência e conhecimento dos parceiros do projeto na área.

Ambas as metodologias de formação (aprendizagem intergeracional e *peer-to-peer*) provaram ser adequadas e eficazes para o grupo-alvo do projeto. As recomendações a seguir baseiam-se nos resultados da implementação do piloto ICTskills4All em quatro países do projeto (Portugal, Reino Unido, Letónia e Polónia).

#### 3.1 Recomendações para formadores

As recomendações a seguir são baseadas na experiência do Programa de Aprendizagem ICTskills4All e no feedback fornecido pelos participantes nos diferentes países do projeto e são dirigidas a educadores e formadores que apoiam a inclusão digital e o envelhecimento ativo de pessoas mais velhas.

##### Metodologias ativas de ensino-aprendizagem para facilitar programas de literacia digital

- A participação efetiva dos mais velhos no universo digital é uma estratégia importante para fortalecer o relacionamento entre as diferentes gerações. Usar a **aprendizagem**

**intergeracional** para promover a inclusão digital e o envelhecimento ativo de pessoas mais velhas pode ter diferentes benefícios e desafios, como os seguintes:

- Só será possível se definirmos as áreas comuns de conteúdo de aprendizagem para ambas as faixas etárias, por exemplo, segurança no mundo virtual, informações confiáveis vs. notícias falsas, pensamento crítico. O principal desafio é unir gerações e não enfatizar e preservar diferenças e competências.
- Pode aumentar a autoconfiança no uso de ferramentas de TIC, apresentando o ponto de vista de como as gerações mais jovens usam dispositivos digitais / eletrônicos, assim como ao compreender as possibilidades de aprendizagem contínua de competências digitais com a ajuda das gerações mais jovens da família.
- Os jovens tiveram uma aula de introdução sobre a sua função específica e sobre como assistir adequadamente os mais velhos (comportamento, compreensão, coordenação, memória etc.). Algo que levaram muito a sério e, de modo geral, agradeceram por terem essa oportunidade e compreender as gerações mais velhas.
- Usar a **aprendizagem entre pares** para promover a inclusão digital e o envelhecimento ativo de pessoas mais velhas pode ter diferentes benefícios e desafios, tais como os seguintes:
  - Tirar proveito do conhecimento comum e das experiências de vida, bem como de interesses semelhantes.
  - Para apresentar as oportunidades e ferramentas que a Internet oferece para tornar o seu quotidiano mais fácil (por exemplo, Google Maps, Google Translate, navegadores, e-serviços locais, gestão de pagamentos, gestão da rota diária de viagens através dos transportes públicos com horários disponíveis, etc).
- No geral, houve diferenças entre os métodos aplicados nos cursos com base na idade dos **assistentes**, experiência e abordagem em relação às competências digitais e dispositivos eletrônicos.
  - Os assistentes foram úteis para os alunos, mas interferiram no trabalho dos formadores (abordagem diferente, termos diferentes, compreensão diferente, etc.). Os assistentes devem estar bem preparados por meio de diretrizes claras (fluxo de trabalho unificado, termos, abordagem, etc.).
  - O papel do assistente pode ser melhorado dedicando um tempo separado para tarefas que devem ser concluídas com os assistentes e minimizando o papel do assistente quando o formador está a conduzir a turma.
- Foi mais fácil atrair seniores como assistentes do que jovens, porque era necessária uma coordenação com as escolas. Mesmo assim, as crianças mostraram-se muito interessadas em participar no projeto e abertas para ajudar os mais velhos na aquisição de competências digitais.

- É importante adaptar a formação às necessidades e requisitos específicos dos mais velhos. A ciber segurança foi um tema importante durante o piloto, assim como as competências básicas foram muito relevantes para os alunos.
- Um dos principais benefícios do piloto foi testar o fornecimento de formação remota a alunos durante uma pandemia. Houve uma necessidade real de **soluções Criativas** que normalmente não seriam possíveis. Por definição, a oferta de formação online significava que os formandos não podiam não ter competências em TIC, no entanto, o resultado do programa foi identificar um grupo totalmente novo de pessoas mais velhas que precisam de suporte de TIC.
- **Envolver os pares e voluntários** para dar suporte técnico no início da formação pode facilitar o acesso às aulas online. É importante preparar os voluntários e dotá-los de formação didática profissional; sensibilidade para as diferenças entre os alunos (déficits, dificuldades, medos).
- **Práticas inclusivas** e uma **partilha contínua** de boas práticas, recursos, e experiências entre os participantes, garantiram o sucesso da implementação do projeto.
- Uma **comunidade** de formadores e alunos bem suportada pode garantir um alto impacto e sustentabilidade de longo prazo dos resultados. O Programa de Aprendizagem do ICTskills4All e as ferramentas podem garantir a escalabilidade do impacto através de um apoio contínuo aos membros da comunidade do projeto em cada país piloto, levando a um aumento dos números e participação. Formadores e os próprios alunos podem atuar como agentes de multiplicação. A metodologia e as ferramentas ICTskills4All também podem ser facilmente transferidas e usadas por outros formadores de adultos e adaptadas ao seu ambiente de ensino. Pode ser também um modelo para a criação de um ambiente de aprendizagem híbrido, com apoio institucional e auxílio de profissionais.

### Suporte técnico

- As ferramentas virtuais devem ser **user-friendly e adequadas** para apoiar os mais velhos e o processo degenerativo psicomotor relacionado com o envelhecimento.
- É importante a utilização de sites, plataformas e equipamentos devidamente concebidos para esta população. É importante ter em consideração as suas necessidades e expectativas e seguir as diretrizes e recomendações que foram descritas ao longo dos anos para acessibilidade e usabilidade.
- O suporte aos utilizadores também pode ser dado através de **diferentes mecanismos de interação** (chats, vídeos etc.), bem como pela utilização de outras ferramentas de comunicação para auxiliar no acesso ao ambiente virtual escolhido para as aulas virtuais (telefone, WhatsApp, tutoria, etc.).

- A solicitação de uma maior atenção individual para a execução das tarefas foi destacada pelos participantes do projeto, principalmente por aqueles que apresentavam dificuldade em acompanhar o ritmo da aula.
- O apoio requerido pelos participantes idosos também destacou dois aspetos principais:
  - As pessoas possuem portáteis, tablets e smartphones que geralmente não são mantidos atualizados, o que cria um potencial **risco de segurança**. A maioria das pessoas reconhece isso como um problema, mas não sabe onde obter ajuda. Não podem perguntar aos seus filhos ou netos porque muitos deles estão a usar uma tecnologia diferente e mais atualizada.
  - Os utilizadores não estão familiarizados e / ou não conhecem a sofisticação dos **esquemas, golpes e malware** e como resultado disso, correm um risco financeiro considerável. Por estarem reformados, muitas vezes têm quantias significativas de dinheiro nas suas contas bancárias e um certo nível de confiança em e-mails que parecem vir de uma fonte confiável.

### Suporte familiar

- O processo de ensino de TIC para pessoas mais velhas sem competências digitais requer uma abordagem de ensino personalizada para as **necessidades e capacidades de cada indivíduo**. Esta abordagem é difícil de ser adotada remotamente. O envolvimento dos **familiares dos alunos** foi fundamental para implementar os pilotos ICTskills4All durante a pandemia de Covid-19.
- O envolvimento da família para auxiliar no ensino de literacia digital pode ajudar a manter os alunos motivados e ajudar nas dificuldades durante as aulas.

### Consciencialização e envolvimento das partes interessadas

- Consciencializar os **idosos e os seus familiares** sobre a importância das novas tecnologias para uma gestão mais eficaz do trabalho, além de encontrar informação e comunicar de forma mais eficaz. Dar “voz” aos mais velhos e usar *role models* é uma forma eficaz de promover as atividades do projeto e aumentar a consciencialização entre os pares.
- Sensibilizar os **mais novos** para a importância de apoiar os mais velhos na sociedade digital. Envolver os jovens na aprendizagem intergeracional pode mudar positivamente os seus comportamentos e atitudes em relação aos mais velhos.
- Os *Stakeholders* devem estar **envolvidos em todas as fases**. No projeto ICTskills4All, eles estiveram envolvidos na análise inicial e recolha de recursos e boas práticas, na produção e validação dos principais resultados do projeto (como especialistas), bem como nas extensas atividades de divulgação e exploração implementadas tanto a nível nacional como ao nível da UE.



- **Envolver *stakeholders* ávidos.** Para garantir o sucesso do projeto é crucial envolver um número adequado de partes interessadas que estão de facto interessadas em usar os resultados do projeto e garantir que respondam prontamente às perguntas. Para atrair as partes interessadas, os parceiros do projeto aplicaram uma combinação de técnicas: envolvimento do pessoal dos parceiros associados; convite pessoal de especialistas e anúncios em conselhos relacionados; apresentação dos resultados do projeto em eventos multiplicadores e outros eventos de alto nível a nível local, nacional e internacional.

### 3.2 Recomendações para os decisores políticos

As recomendações a seguir visam especificamente os decisores políticos no campo da aprendizagem de adultos, envelhecimento ativo, inclusão social e digital:

- Aumentar o apoio (financeiro e institucional) a políticas e iniciativas de **envelhecimento ativo** e **inclusão digital** em vários aspectos da sociedade (por exemplo, educação, cidadania, saúde, serviços públicos, etc.).
- Fortalecer o **desenvolvimento de políticas de aprendizagem de adultos**. As abordagens políticas para a aprendizagem ao longo da vida perdem a oportunidade de criar estratégias mais ambiciosas e holísticas que tenham em consideração alunos de todas as idades. Devem ser concebidos, partilhados e promovidos, tanto quanto possível, **Planos de Ação Digital Europeus e Nacionais específicos para os mais velhos**.
- Uma **abordagem** ampla e **holística** para a aprendizagem e educação de adultos. As políticas e estratégias de educação precisam de passar de um foco em currículos restritivos e generalizados para se centrarem no aluno. Qualquer pessoa pode aprender, independentemente da idade e formação, desde que os programas de aprendizagem tenham em consideração as necessidades dos alunos.
- Continuar a apoiar a educação e a formação para se adaptar à transformação digital, incluindo uma **abordagem mais inclusiva** para o desenvolvimento de competências digitais e olhando para além da educação formal numa perspetiva de aprendizagem ao longo da vida.
- A aprendizagem de adultos é fundamental para a promoção da **literacia dos média** e o reforço dos sistemas democráticos, mas também para o combate às **baixas competências básicas** dos cidadãos europeus, em particular as competências digitais, de forma a não deixar ninguém para trás. A pesquisa sugere que há uma correlação direta entre as competências básicas de um indivíduo e a **confiança** que essa pessoa coloca nas instituições políticas e ao sistema político<sup>25</sup>,

---

<sup>25</sup> Por exemplo, o estudo PIAAC (OECD).

ou seja, quanto mais altas as competências básicas, mais confiança nas instituições políticas e no sistema.

- Dar maior visibilidade às iniciativas que utilizam a **aprendizagem intergeracional** e *peer-to-peer* para o envelhecimento ativo e a inclusão digital de pessoas mais velhas no âmbito da educação não formal de adultos, oferecendo mais oportunidades de apresentar e partilhar **boas práticas**. Da mesma forma, apoiar a participação de representantes das administrações públicas nestas iniciativas para, adicionalmente, sublinhar o seu apoio.
- Os atores locais e regionais podem apoiar atividades que reúnam diferentes gerações. As autoridades públicas devem procurar desenvolver **parcerias público-privadas** para apoiar essas iniciativas envolvendo empresas e formadores que trabalhem no envelhecimento ativo e na inclusão digital na educação formal e não formal.
- Aumentar a **consciencialização** sobre os benefícios de melhorar as competências digitais em adultos mais velhos.
- Apoiar o **melhoramento pedagógico e digital de educadores** que trabalham em programas de educação digital com pessoas mais velhas em ambientes formais e não formais.
- Citando o DEAP 2021-2027 (página 6): *“The key lesson of the COVID-19 crisis is that digital education should no longer be viewed as an island of its own but considered an integral part of all education and training”*. Esta abordagem também deve ser transferida para adultos mais velhos. Isto deve ser não apenas centrado na pessoa, mas também centrado no problema e relevante para as necessidades individuais da vida real e do seu ambiente.



Project reference  
2018-1-PT01-KA204-047353