

# turning blue

## Currículo do Curso e Metodologia de Formação

Formação de  
Sensibilização  
Turning Blue

# Currículo do curso e metodologia de formação Turning Blue

Deliverable nº 4 | D3.4, WP3

## Data

Junho de 2024

## Autores

ProSea - Stichting Prosea Marine Education

## Parceiros

Aproximar – Cooperativa de Solidariedade Social, CRL

ProSea - Stichting Prosea Marine Education

PFA – Pelagic Freezer Trawler Association

IPS\_Innovative Prison Systems

Click F1

STICHTING 180

EaSI – European Association for Social Innovation

Magnetar Ltd

IRFIP - Istituto Religioso di Formazione e Istruzione Professionale

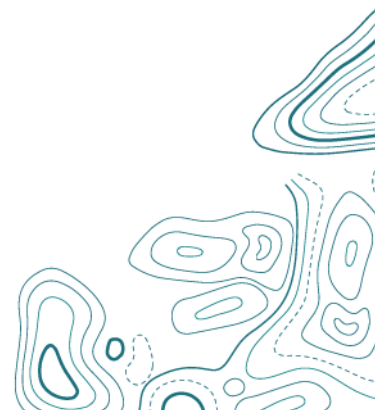
**Número do acordo:** 101124686 - Turning Blue - EMFAF-2023- Blue Careers

Cofinanciado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa ao Clima, às Infra-estruturas e ao Ambiente (CINEA). Nem a União Europeia nem a autoridade que concedeu o financiamento podem ser responsabilizadas pelas mesmas.



## Conteúdo

1. Introdução .....	4
2. Currículo da Formação Turning Blue.....	6
3. Materiais e Atividades de apoio .....	14
3.1 <i>Materiais de Apoio</i> .....	14
3.2 <i>Atividades</i> .....	15
4. Programa .....	20
5. Normas de Qualidade .....	21



# 1. Introdução

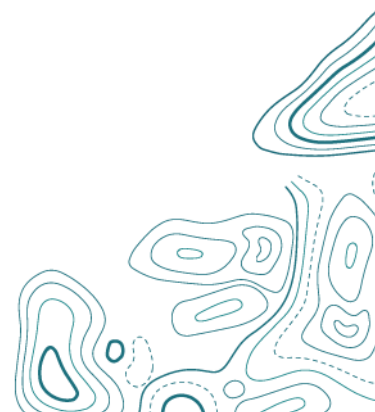
O principal objetivo da Formação de Sensibilização Turning Blue (daqui adiante designada por Formação de Sensibilização) é desenvolver material de formação inovador e personalizado para inspirar e envolver jovens (entre os 16 e os 30 anos) em conflito com a lei a seguir uma "carreira azul" sustentável na Economia Azul. Os seguintes objetivos foram tidos em conta ao desenvolver a formação:

- Melhorar o conhecimento e a sensibilização do grupo-alvo sobre a economia azul sustentável e as respetivas oportunidades de carreira.
- Criar uma metodologia de formação inovadora e atrativa para motivar o grupo-alvo a seguir uma "carreira azul" depois de cumprir pena na prisão.
- Melhorar as competências do grupo-alvo e potenciar o seu acesso a novas oportunidades de carreira.
- Melhorar a cultura de literacia dos oceanos do grupo-alvo.
- Através de uma abordagem da base para o topo, desenvolver um "manual do formador" para os formadores ministrarem uma formação atrativa e personalizada sobre a economia azul que possa ser reproduzida em diferentes serviços prisionais europeus.

O *Deliverable 4* fornece uma primeira visão geral do currículo e da metodologia de formação Turning Blue. Detalha os tópicos específicos da formação e os objetivos de aprendizagem associados, incluindo o tempo estimado necessário para cobrir os vários tópicos da formação. Além disso, serão discutidos vários materiais e atividades de apoio para tornar a Formação de Sensibilização mais cativante. O conteúdo e a estrutura da Formação de Sensibilização descritos neste documento são preliminares e podem ser objeto de alterações.

De acordo com a Comissão Europeia, a Economia Azul é composta pelos seguintes 13 setores:

- Biotecnologia azul
- Turismo costeiro
- Dessalinização
- Infraestruturas e robótica



- Recursos marinhos vivos
- Recursos marinhos não vivos
- Energias renováveis marítimas
- Defesa marítima
- Transporte marítimo
- Energia dos oceanos
- Atividades portuárias
- Investigação e inovação
- Construção e reparação naval

No entanto, ao considerar os perfis do grupo-alvo do projeto, certos setores da Economia Azul não são pertinentes em termos de oportunidades de emprego. No Perfil de Competências e Guia Turning Blue, quatro setores surgiram como promissores (ou seja, têm o potencial de promover a empregabilidade): **Transporte Marítimo, Pesca e Aquicultura, Serviços Marítimos e Turismo, e Trabalho Portuário**. Estes quatro setores serão referidos e aprofundados durante a formação de sensibilização.

Na Formação de Sensibilização optou-se por utilizar o termo "setor marítimo" em vez de "Economia Azul", para garantir clareza e coerência. Ao utilizar o termo "setor marítimo", os participantes dispõem de um enquadramento mais tangível e relevante, uma vez que o termo "Economia Azul" é frequentemente considerado demasiado abstrato para o grupo-alvo da iniciativa Turning Blue. Esta abordagem garante que a formação se mantém alinhada com perspetivas de emprego realistas, evitando uma complexidade desnecessária. A utilização do termo "setor marítimo" foi testada durante os grupos de discussão nos Países Baixos e em Portugal, tendo produzido resultados positivos. Os participantes compreenderam a definição e o âmbito de aplicação.

A utilização do termo "setor marítimo" e a discussão de quatro setores principais ajudam os participantes a compreender mais facilmente o setor, apresentando-o em componentes distintos e familiares. A navegação envolve o transporte de pessoas e mercadorias através do mar, abrangendo assim o setor dos "transportes



marítimos". A pesca e a aquicultura consistem na recolha de recursos vivos marinhos. A indústria dos serviços marítimos é um setor mais vasto e inclui todas as outras atividades relacionadas com os oceanos, incluindo o "turismo costeiro", os "recursos marinhos não vivos", as "energias marinhas renováveis", a "defesa marítima" e a "construção e reparação naval". Por último, o trabalho portuário engloba todas as atividades realizadas nos portos, o que inclui as atividades portuárias do setor da Economia Azul da UE. Ao enquadrar o setor marítimo nestes termos, a formação proporciona uma compreensão clara, garantindo que os participantes possam ver ligações diretas a potenciais carreiras profissionais.

É importante reconhecer que certas atividades da formação de sensibilização dependem do país, das instalações e dos participantes. A realidade e o mercado de trabalho dependentes do país influenciarão os potenciais empregos disponíveis e viáveis para os participantes, o que deve ser cuidadosamente investigado pelo formador antes de realizar a Formação de Sensibilização. Para além disso, os estabelecimentos prisionais podem ter horários, regras e recursos disponíveis diferentes. Por último, a formação deve ser adaptada aos conhecimentos e interesses dos participantes, conforme necessário. O objetivo principal é inspirar os participantes, pelo que este aspeto deve ser tido em conta na condução da Formação de Sensibilização, permitindo flexibilidade no currículo. Para facilitar este processo, são apresentadas várias sugestões de atividades interativas e workshops, devendo ser estudada a viabilidade de cada formação.

## 2. Currículo da Formação Turning Blue

Com base nos resultados dos grupos de discussão realizados com o grupo-alvo nos Países Baixos e em Portugal, 11 tópicos surgiram como sendo importantes para incorporar na formação de sensibilização. Estes tópicos são apresentados de seguida e descritos da seguinte forma:

- (1) Tópico
- (2) Descrição
- (3) Objetivos de aprendizagem: o que o participante será capaz de fazer depois de concluir esta formação
- (4) Materiais e atividades de apoio: mais pormenores na secção 3



Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
<p><b>1. Introdução ao setor marítimo</b></p>	<p>Esta primeira secção da formação começa com as apresentações do(s) formador(es) e dos participantes, bem como da própria formação de sensibilização. Os participantes são convidados a formar pares e a criar mapas mentais sobre o setor marítimo para avaliar o seu nível de conhecimento. Os mapas mentais são depois discutidos na aula. São apresentados os quatro subsectores do setor marítimo (transporte marítimo, pesca e aquicultura, serviços marítimos e turismo, trabalho portuário).</p>	<p>Compreender o que esperar da formação de sensibilização</p> <p>Compreender como definimos o "setor marítimo" durante esta formação</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Mapa mental</li> </ul>	<p>45 min.</p>
<p><b>2. Setor dos transportes marítimos</b></p>	<p>O setor dos transportes marítimos é apresentado através de vídeos e de uma palestra. É realçada a importância do transporte marítimo (responsável por 80-90% do comércio mundial). São apresentadas várias indústrias (contentores, cruzeiros, petroleiros, etc.) e a variedade de navios é demonstrada através de um jogo de memória. São discutidos os</p>	<p>Ter um conhecimento básico do setor dos transportes marítimos</p> <p>Compreender os potenciais empregos e carreiras no setor dos transportes marítimos e estar informado sobre os requisitos de emprego,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Jogo de memória dos navios</li> </ul>	<p>1-1,5 h.</p>

Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
	<p>empregos potenciais, incluindo informações práticas sobre o seu aspeto, os salários esperados e a formação complementar necessária. É importante ser transparente e claro sobre as possibilidades de carreira.</p>	<p>salários esperados e educação</p>		
<p><b>3. Pesca e aquicultura</b></p>	<p>Apresentar o setor da pesca e da aquicultura através de vídeos e de uma palestra. Se possível, pode ser utilizada a Realidade Virtual (RV) para permitir que os participantes vivenciem o setor mais de perto. Discutir os setores da pesca e da aquicultura específicos de cada país, como a pesca pelágica. São discutidos os potenciais empregos no setor, incluindo informações práticas sobre o seu aspeto, salários esperados e formação complementar necessária. É importante ser transparente e claro sobre as possibilidades de carreira.</p>	<p>Ter um conhecimento básico do setor da pesca e da aquicultura</p> <p>Ter uma compreensão básica das diferenças entre a pesca e a aquicultura</p> <p>Compreender os potenciais empregos e carreiras no setor da pesca e da aquicultura e estar informado sobre os requisitos profissionais, os salários esperados e a educação</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Simulação de RV</li> </ul>	<p>1-1,5 h.</p>
<p><b>4. Serviços Marítimos e Turismo</b></p>	<p>Apresentar e discutir o setor dos serviços marítimos e do turismo. Este tópico pode variar significativamente de país para país</p>	<p>Ter uma compreensão básica de três setores do setor dos serviços marítimos e do turismo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Jogo de construção</li> </ul>	<p>1-1,5 h.</p>



Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
	<p>e deve ser cuidadosamente considerado quais os subsetores e empregos a incluir. Exemplos são a marinha, a energia offshore e o turismo. Pode ser utilizado um jogo de construção para envolver os participantes (ver secção 3). São discutidos os potenciais empregos nos serviços marítimos, incluindo informações práticas sobre o seu aspeto, salários esperados e formação adicional necessária. É importante ser transparente e claro sobre as possibilidades de carreira.</p>	<p>Compreender os potenciais empregos e carreiras no setor dos serviços marítimos e estar informado sobre os requisitos de emprego, salários esperados e educação</p>		
<p><b>5. Trabalho portuário</b></p>	<p>Há também muitos empregos nos portos, que são destacados neste tópico separado. Este aspeto é importante para os participantes que não pretendem trabalhar no mar. Tal como nos tópicos 2, 3 e 4, é apresentada e discutida uma panorâmica de potenciais empregos. São exemplos o manuseamento de resíduos, a condução de empilhadores e a soldadura.</p>	<p>Ter um conhecimento básico do trabalho nos portos</p> <p>Compreender os potenciais empregos e carreiras nos portos e estar informado sobre os requisitos profissionais, salários esperados e educação</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> </ul>	<p>1-1,5 h.</p>

Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
<p><b>6. Experiências do setor marítimo</b></p>	<p>Um orador convidado falará sobre o seu trabalho com os participantes. O orador convidado deve trabalhar no setor marítimo, estar disponível e, de preferência, ter experiência em contactos com jovens e/ou dar palestras. O convite a um orador convidado pode inspirar os participantes a seguirem uma carreira no setor marítimo, uma vez que ouvem exemplos da vida real. Além disso, os participantes têm espaço para colocar quaisquer outras questões relativas às qualificações profissionais, etc.</p>	<p>Compreender o que implica um emprego no setor marítimo</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Orador convidado</li> </ul>	<p>1 h.</p>
<p><b>7. O oceano e a sustentabilidade</b></p>	<p>É fornecida uma compreensão básica do funcionamento do oceano e da sua importância para a vida na Terra, a fim de aumentar a literacia oceânica dos participantes. Simultaneamente, é introduzida a sustentabilidade utilizando os 3 Ps (Pessoas, Planeta, Prosperidade), enquanto é ensinada uma compreensão básica das alterações climáticas. São apresentados alguns desafios ambientais relacionados com o setor marítimo, como a</p>	<p>Aumentar a sua literacia dos oceanos</p> <p>Compreender o conceito dos 3P da sustentabilidade (Pessoas, Planeta, Prosperidade)</p> <p>Compreender os princípios básicos das alterações climáticas e as suas consequências</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Teste de sons subaquáticos</li> <li>• Desenho de plâncton</li> <li>• Demonstração de espécimes oceânicos</li> </ul>	<p>1,5 h.</p>

Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
	<p>poluição marinha, as espécies invasoras, o ruído subaquático, as emissões atmosféricas e a sobrepesca. Em função da situação local, o formador pode decidir quais os desafios a discutir na formação, uma vez que não é necessário discutir todos os desafios para evitar um excesso de informação. São propostas várias atividades (teste de som subaquático, atelier de arte, demonstração de espécimes do oceano), que podem ser utilizadas em função da disponibilidade.</p>	<p>Identificar os vários desafios ambientais relacionados com o setor marítimo</p>		
<p><b>8. Workshop: Segurança no mar</b></p>	<p>Este seminário inclui uma demonstração (de uma parte) da formação básica de segurança STCW por um instrutor oficial. Pode, por exemplo, incluir o lançamento de uma baleeira salva-vidas e a preparação para a sobrevivência no mar. A formação básica de segurança é obrigatória para todos os trabalhadores marítimos. Poderá ser estudada a possibilidade de uma parte da formação oficial ser ministrada por um instrutor, contribuindo assim para que os</p>	<p>Compreender (ou ser certificado em) parte da formação básica de segurança STCW</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Orador convidado</li> <li>• Workshop de formação básica em segurança</li> </ul>	<p>1,5 h.</p>

Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
	participantes cumpram os requisitos de formação.			
9. Workshop: Cultura e Vida no Setor Marítimo	Neste workshop, os participantes ficarão a conhecer a cultura e a vida a bordo dos navios. A cultura a bordo dos navios é uma mistura única de camaradagem, disciplina e hierarquia e pode oferecer um ambiente positivo para os participantes se desenvolverem profissionalmente, mas também a nível pessoal. Além disso, é discutida a importância de uma comunicação adequada (no local de trabalho). Os participantes são sensibilizados para os vários tipos de estilos de comunicação e como melhorar a sua própria comunicação através de um workshop.	<p>Compreender a cultura e a vida a bordo dos navios</p> <p>Compreender o código de conduta a bordo dos navios</p> <p>Comunicar de uma forma construtiva e aberta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Workshop de comunicação</li> </ul>	1,5 h.
10. Sessão prática	Esta sessão varia consoante o local e as circunstâncias. Se houver tempo suficiente, recomenda-se a realização de uma sessão prática com os participantes. Na secção 3 são apresentados vários exemplos de atividades.	Aplicar uma experiência prática e prática relacionada com o setor marítimo	<p><i>Depende do local e das circunstâncias</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remendo de redes</li> <li>• Fazer nós</li> <li>• Filetagem de peixe</li> <li>• Navegação</li> <li>• Excursão</li> </ul>	1-1,5 h.

Tópico	Descrição	Objetivo(s) de aprendizagem	Materiais e atividades de apoio	Tempo
<p>11. Workshop final</p>	<p>O workshop final combinará vários exercícios práticos para criar confiança nos participantes para se candidatarem a um emprego no setor marítimo e para desenvolverem as competências transversais necessárias. Agora que já sabem mais sobre o setor marítimo, os participantes são instruídos a escolher um setor específico que lhes tenha chamado a atenção e a preparar uma candidatura de emprego para esse setor. Isto pode ser feito de várias formas. Os participantes podem optar por escrever uma carta de candidatura, gravar um vídeo ou praticar uma entrevista de emprego com o formador. Este exercício pode ser efetuado individualmente ou em grupos de 2-3 pessoas, dependendo da dinâmica do grupo.</p> <p>A formação é concluída e os participantes são convidados a preencher um formulário de avaliação.</p>	<p>Candidatar-se a um emprego no setor marítimo com confiança</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Palestra com PowerPoint</li> </ul>	<p>2 h.</p>

## 3. Materiais e Atividades de apoio

### 3.1 *Materiais de Apoio*

São utilizados vários materiais de apoio e metodologias de ensino para tornar a Formação de Sensibilização interativa e cativante. É importante ter um programa variado para promover o envolvimento. Seguem-se as descrições dos materiais de apoio referidos na síntese acima.

- **Palestra com PowerPoint:** Durante as palestras, é importante dar prioridade à interatividade, envolvendo os participantes através de perguntas e debates frequentes. Além disso, os slides de PowerPoint devem ser auxiliares complementares e não distrações, o que significa que o texto deve ser reduzido ao mínimo. A utilização de vídeos e fotografias é incentivada.
- **Mapa mental:** Os participantes são instruídos a criar uma representação visual das suas ideias e conhecimentos sobre o setor marítimo. Os mapas mentais são uma ajuda útil para organizar pensamentos e informações, permitindo que os participantes iniciem a formação explorando os seus conhecimentos sobre o setor marítimo.
  - Papel A4 ou A3
  - Material de escrita
- **Vídeos:** Os vídeos podem melhorar a compreensão e o envolvimento, fornecendo exemplos reais do setor marítimo. Podem oferecer realidades quotidianas das carreiras azuis e ajudar os participantes a relacionar a teoria com aplicações práticas. Certifique-se de que os vídeos são descarregados para o dispositivo, uma vez que a ligação à Internet não é garantida/permitida em alguns estabelecimentos prisionais.
- **Jogo de memória dos navios:** O setor dos transportes marítimos contém uma infinidade de navios, todos com funções e papéis diferentes. Para ilustrar este facto aos participantes, é utilizado um jogo de memória. É criado um conjunto de cartões com diferentes tipos de navios e respetivas funções/carga e os participantes têm de encontrar os pares correspondentes (ver figura 1). Isto permite-lhes explorar a grande variedade de navios no setor

dos transportes marítimos e compreender as suas finalidades específicas de uma forma cativante.

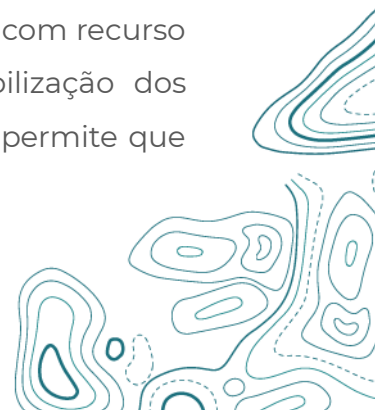


Figura 1. Exemplo de um jogo de memória de navios com um graneleiro e um porta-contentores.

### 3.2 Atividades

A formação de sensibilização pode ser mais cativante se incluir atividades no ensino dos vários tópicos. No resumo acima, são mencionados vários exemplos de atividades, que são desenvolvidas a seguir. Note-se que a viabilidade destas atividades depende das circunstâncias, nomeadamente das instalações. Além disso, algumas atividades, como a reparação de redes e a navegação, exigem competências e instrutores especializados. Por conseguinte, as atividades devem ser vistas como exemplos e fontes de inspiração. É importante avaliar o que é possível fazer em cada sessão de formação específica e em cada país.

- **Simulação de realidade virtual (RV):** É utilizada uma simulação com recurso a óculos de RV para melhorar a compreensão e a sensibilização dos participantes para o setor marítimo. Esta ferramenta imersiva permite que



os participantes aumentem a sua compreensão do setor da pesca e da aquicultura, por exemplo, experimentando em primeira mão as operações quotidianas num navio de pesca. Através da RV, podem explorar o interior dos navios de pesca, observar o equipamento e as técnicas utilizadas e até participar em atividades de pesca simuladas. Uma simulação de RV também pode ser utilizada para um tópico diferente, consoante a disponibilidade. Por exemplo, os participantes podem fazer um mergulho virtual para experimentar a diversidade da vida subaquática. A seguinte hiperligação contém vários mergulhos de 360° disponíveis para simulações de RV: <https://sanctuaries.noaa.gov/education/fun/virtual-dive-activity-sheets.html>

- Óculos RV
- Comandos de RV
- Computador compatível com simulação de RV
- **Jogo de construção:** Durante o tópico dos serviços marítimos, os participantes podem participar num jogo interativo de construção com baldes de sucção. Os baldes de sucção funcionam como âncoras de plataformas fixas para turbinas eólicas e outras construções marítimas (ver figura 2). Estas fundações são relativamente simples de simular em pequena escala. Utilizando um recipiente ou aquário cheio de água e com um fundo de areia, coloca-se uma lata invertida sobre a areia. Um pequeno orifício no centro da lata acomoda uma palhinha de plástico. Quando a lata estiver posicionada na superfície arenosa, um participante pode aspirar o ar através da palhinha. Esta ação faz com que a lata se afunde na areia e cria um selo de vácuo, simulando eficazmente a construção de baldes de sucção numa escala em miniatura. Para uma demonstração, veja o seguinte vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=I52K67vyGVA>
  - Contentor/aquário
  - Areia
  - Lata
  - Palhinha de plástico
  - Água



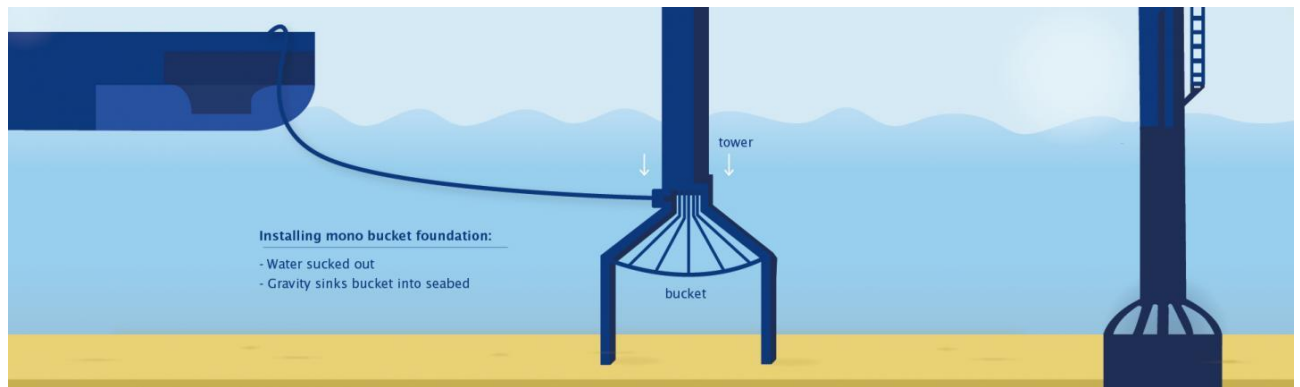


Figura 2. Desenho esquemático do balde de sucção. Fonte: Van Oord.

- **Orador convidado:** O convite a um orador do setor marítimo pode proporcionar conhecimentos e experiências em primeira mão, tornando a formação de sensibilização mais próxima e inspiradora para os participantes. O orador convidado pode partilhar histórias pessoais e conselhos práticos, oferecendo uma perspetiva valiosa. Esta interação também pode permitir que os participantes façam perguntas e se envolvam em discussões significativas, enriquecendo ainda mais a sua experiência de aprendizagem. O orador convidado pode também aumentar a participação, uma vez que a presença de vários oradores mantém os participantes envolvidos.
- **Questionário de sons subaquáticos:** Este questionário apresenta vários sons subaquáticos, tais como sons de animais e sons antropogénicos, e os participantes são instruídos a adivinhar a origem do som. O questionário foi concebido para sensibilizar os participantes para a importância do som subaquático para a vida marinha e para os efeitos da poluição sonora causada pelas atividades humanas.
- **Workshop de arte:** O plâncton é crucial para o oceano e para a vida subaquática. Existe uma grande variedade de plâncton com formas e feitios intrínsecos. Os participantes podem aprender mais sobre a importância do plâncton enquanto utilizam os seus talentos criativos para representar os organismos em toda a sua diversidade. O envolvimento numa atividade de desenho ajuda os participantes a conectarem-se com o tema e aumenta a sua compreensão através de uma abordagem prática e criativa.
  - Papéis A4
  - Lápis de cor



- Marcadores
- **Demonstração de espécimes marinhos:** Se possível, o tema "O Oceano e a Sustentabilidade" pode tornar-se mais cativante trazendo espécimes marinhos para demonstrar aos participantes. Por exemplo, ovos de peixe, organismos em formaldeído e fragmentos de corais. Isto permite que os participantes se envolvam numa exploração prática.
- **Workshop de formação básica em segurança:** O workshop fornece aos participantes competências práticas e conhecimentos relacionados com a segurança no mar. De acordo com a Convenção Internacional sobre Normas de Formação, Certificação e Serviço de Quartos para Marítimos (STCW) e Pessoal de Navios de Pesca (STCW-F), a Formação Básica de Segurança é obrigatória para todos os marinheiros e pescadores. Algumas partes desta formação podem ser ministradas num estabelecimento prisional fechado, o que confere aos participantes uma vantagem na procura de emprego após a sua libertação. Caso tal não seja possível num determinado estabelecimento, o seguinte website pode ser utilizado como inspiração para preparar um workshop semelhante: [www.veiligwerkenopzee.nl/en/](http://www.veiligwerkenopzee.nl/en/)
- **Workshop de comunicação:** O workshop começa por discutir as várias formas de comunicação (verbal vs não-verbal, agressiva vs construtiva) e porque é que uma boa comunicação é importante. Os participantes são depois instruídos a fazer um exercício em que um voluntário se coloca à frente do grupo e descreve uma imagem (constituída por várias formas) apenas com palavras, que os restantes têm de desenhar. Segue-se outra imagem com formas mais abstratas, que é mais difícil de explicar. O objetivo do exercício é mostrar que uma boa comunicação é complicada, especialmente quando faltam palavras descritivas. Depois, é feito outro exercício em que são mostradas diferentes imagens às quais os participantes são questionados "o que vêes?". As respostas variam, o que ilustra as diferentes perspetivas das pessoas e o efeito que isso tem na sua visão do mundo. Este workshop permite que os participantes considerem os efeitos de uma comunicação correta e estejam conscientes das nuances e dos desafios inerentes à transmissão eficaz de ideias.

- **Reparação de redes:** A reparação de redes é uma tradição secular de reparação e manutenção das redes de pesca. O workshop permite que os participantes aprendam uma nova competência e se sintam inspirados a trabalhar no setor das pescas.
  - Pedaco de rede
  - Agulha para remendar redes
  - Corda de rede de pesca
- **Atar nós:** Este workshop oferece aos participantes uma experiência prática essencial no domínio de vários nós essenciais para as operações marítimas. Esta sessão aborda as aplicações práticas e a importância de diferentes tipos de nós, desde a bolina até ao nó de engate de cravo, destacando o seu papel na garantia da segurança e eficiência a bordo. Os participantes podem aprender as técnicas para atar nós seguros, melhorando as suas competências no manuseamento de cordas, que é fundamental para muitas atividades marítimas, como a amarração, o reboque e o cordame.
  - Corda de nylon
- **Filetagem de peixe:** Os participantes aprenderão as técnicas e os conhecimentos essenciais necessários para filetar peixe. Sob a orientação dos instrutores, descobrirão os métodos corretos para remover eficazmente as espinhas e a pele.
  - Peixe
  - Facas para filetar
  - Tábua de cortar
- **Navegação:** A navegação básica engloba as competências e técnicas fundamentais para determinar e manter a posição, o rumo e a direção de uma embarcação no mar. Os participantes podem ser introduzidos a alguns fundamentos da navegação, como a leitura de cartas náuticas, a compreensão dos sistemas de flutuação e a utilização de instrumentos básicos de navegação, como bússolas. Os materiais necessários dependem do que estiver disponível.
- **Excursão:** Se for possível os participantes saírem do estabelecimento prisional sob supervisão, é aconselhável organizar uma excursão. Pode ser uma excursão a um navio no porto, para que os participantes possam ver o

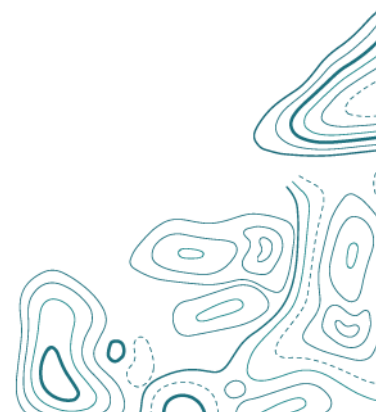
seu interior. Também pode estar relacionada com o ambiente marinho, organizando uma excursão à praia onde os organismos marinhos são recolhidos e discutidos para dar aos participantes exemplos reais da diversidade da vida no oceano. Outra opção é visitar uma empresa ou organização do setor marítimo que esteja interessada em contratar o grupo-alvo.

## 4. Programa

Com base no currículo e na metodologia acima referidos, é proposto um programa sugerido. A formação de sensibilização realizar-se-á durante quatro dias. O programa não é definitivo e pode ser ajustado aos horários de cada estabelecimento prisional e dos participantes. Além disso, os intervalos podem ser geridos de forma livre, sendo a sua quantidade e duração determinados pela dinâmica do grupo.

Dia 1	Tempo	Tópico
	09.00	Introdução ao setor marítimo
	09:45	Setor dos transportes marítimos
	11:15	INTERVALO
	11:30	Pesca e aquicultura (parte 1)
	12:00	HORA DO ALMOÇO
	12:30	Pesca e aquicultura (parte 2)
	13:30	Serviços Marítimos e Turismo (parte 1)
	14:15	INTERVALO
	14:30	Serviços Marítimos e Turismo (parte 2)
	15.30	FIM DO DIA 1

Dia 2	Tempo	Tópico
	09.00	Trabalho portuário
	10:30	INTERVALO
	10:45	Experiências do setor marítimo
12:00	HORA DO ALMOÇO	



	12:30	O oceano e a sustentabilidade
	14:00	FIM DO DIA 2

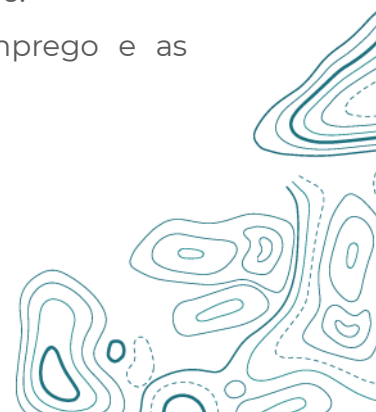
Dia 3	Tempo	Tópico
	09.00	Workshop: Segurança no mar
	10:30	INTERVALO
	10:45	Workshop: Cultura e Vida no Setor Marítimo
	12:00	HORA DO ALMOÇO
	12:30	<i>[Horário aberto].</i>
	14:00	FIM DO DIA 3

Dia 4	Tempo	Tópico
	09.00	Sessão prática
	10:30	INTERVALO
	10:45	Workshop final (parte 1)
	12:00	HORA DO ALMOÇO
	12:30	Workshop final (parte 2)
	13:45	FIM DO DIA 4

## 5. Normas de Qualidade

Para garantir a máxima qualidade da formação de sensibilização, foram elaboradas normas específicas. A adesão aos seguintes padrões de qualidade é essencial ao realizar a formação:

- Dê tempo suficiente para apresentar os participantes e o formador.
- Formular objetivos relevantes por tópico de formação.
- Indicar o tempo estimado necessário para cada tópico e exercício.
- Atenção: um estabelecimento prisional pode não ter tempo suficiente para realizar a formação completa. Por este motivo, deve ser utilizada uma abordagem modular aquando do desenvolvimento da formação.
- Fornecer informações realistas sobre as perspetivas de emprego e as competências necessárias.



- Assegurar que os resultados da formação são relevantes para os empregadores que precisam de trabalhadores.
- Abordar várias competências transversais durante a formação, como a comunicação.
- Evite utilizar demasiado texto nos slides de PowerPoint. Mantenha a apresentação de PowerPoint visual.
- Utilize uma variedade de exercícios e métodos de ensino em cada tópico para manter o envolvimento na formação.
- Utilizar métodos de ensino do século 21.
- Utilize pelo menos uma atividade dinâmica por dia de treino e faça pequenas pausas.
- Assegurar que os participantes não se limitam a sentar-se e a ouvir a informação.
- Assegurar que a formação é adequada tanto para quem prefere reflexão e quem prefere atividades práticas.