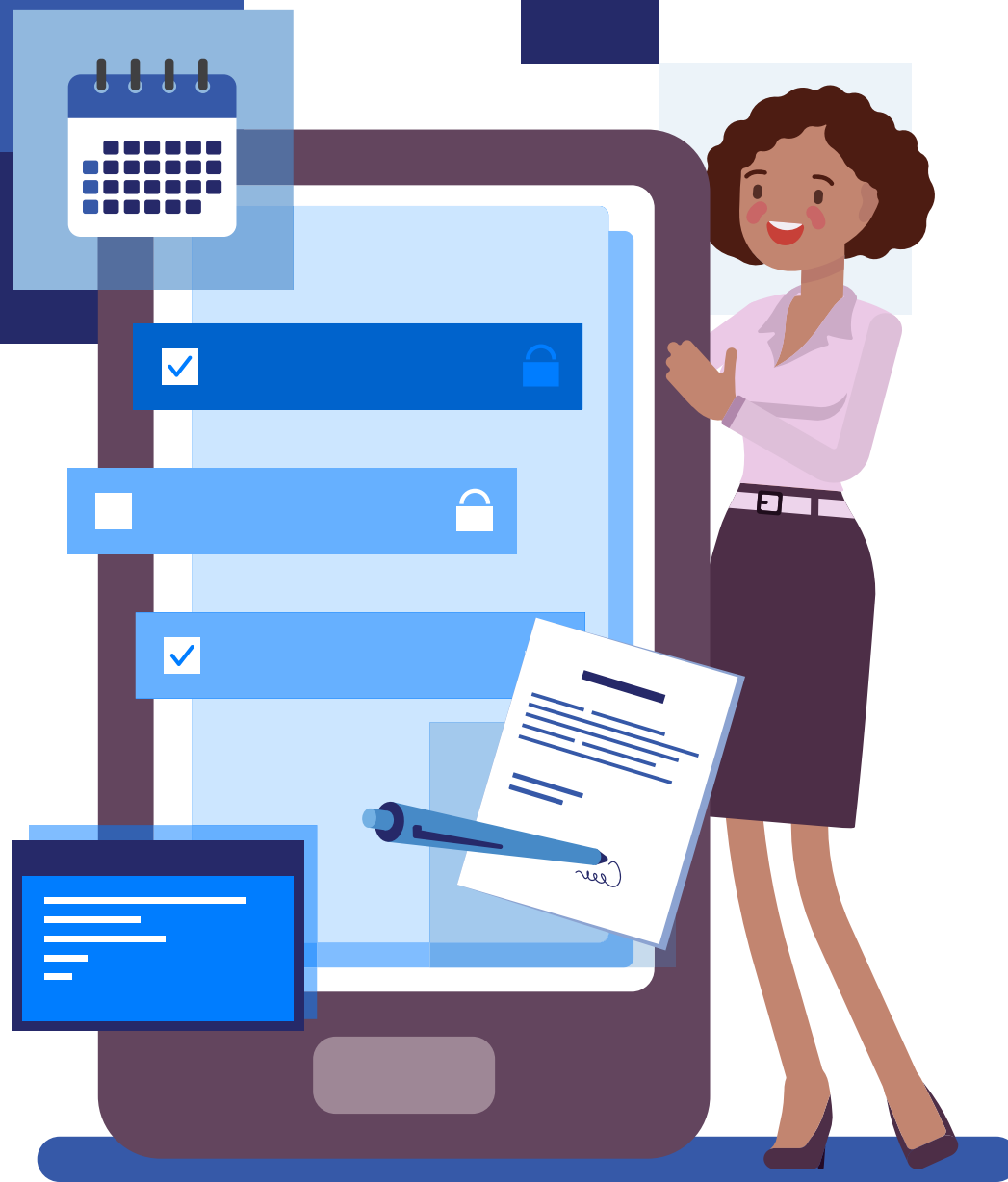


# GUIA DA FAMÍLIA DIGITAL

PARTE **5**

TORNA-TE UM  
**CIDADÃO DIGITAL ATIVO**



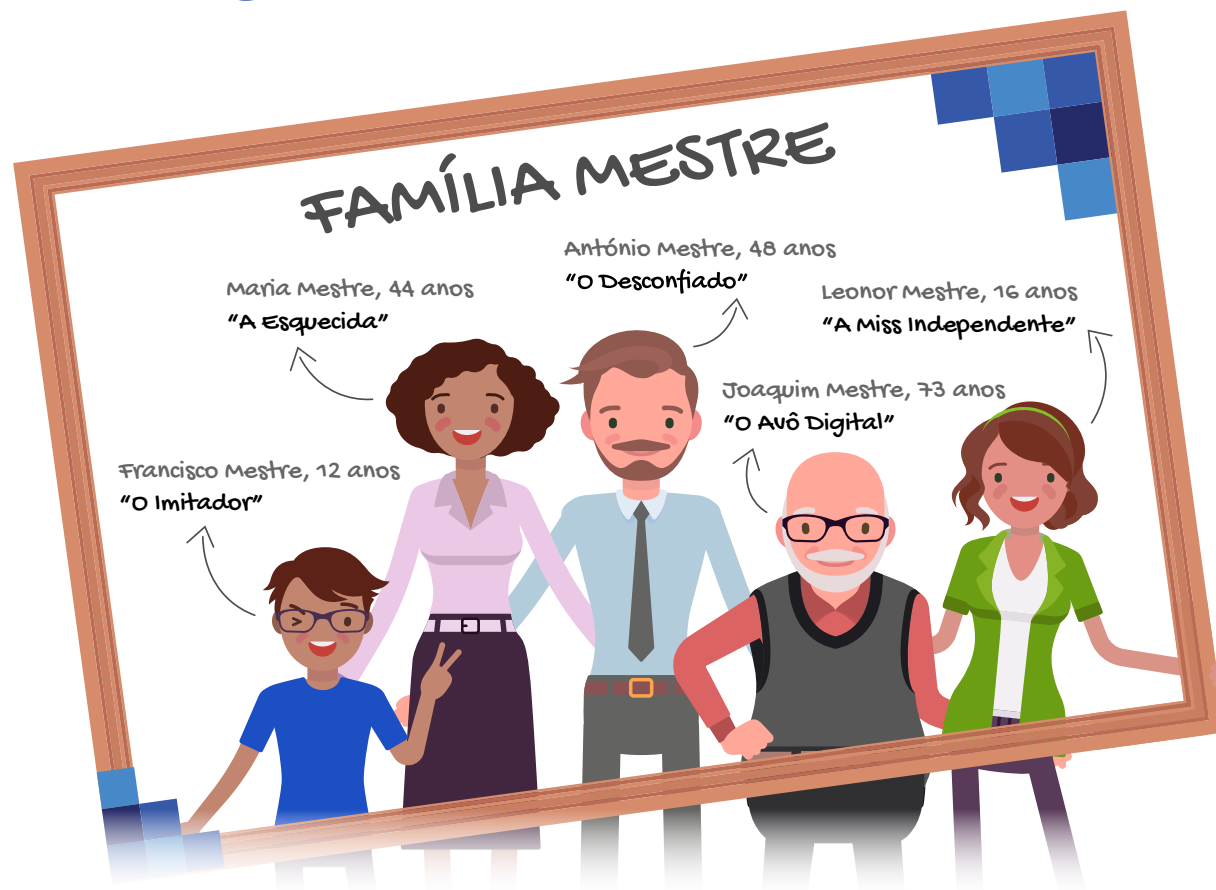
# GUIA DA FAMÍLIA DIGITAL

## O Futuro é Digital A Tua Família Também!

Vivemos num mundo cada vez mais digital, onde a *internet* e a tecnologia se tornaram essenciais para o dia a dia. Este guia, que se encontra dividido em seis partes, visa capacitar todas as famílias portuguesas para o mundo digital, de forma simples e segura, permitindo-lhes aceder a serviços *online*, comunicar de forma simples e segura nos meios digitais e protegerem-se de ameaças cibernéticas. No final, poderão ainda encontrar um documento bônus que contém ferramentas úteis para o quotidiano de qualquer Cidadão.

Vamos iniciar a parte 5 deste Guia, muitos parabéns pelo percurso percorrido até aqui!

Estás cada vez mais perto de te tornares um Cidadão Digital Ativo e de promoveres a tua Família a uma **#FamíliaDigitalPT**.



O Primeiro Passo  
para a Digitalização

1

Segurança Digital  
para Todos

2

Serviços Públicos ao  
Alcance de Todos

3

A Chave Móvel Digital – A Chave  
que abre todas as Portas

4

Torna-te um Cidadão  
Digital Ativo

5

A Família Mestre – A Transformação  
Digital ao Alcance de Todos!

6

GUIA DA FAMÍLIA DIGITAL |  
Ferramentas e Recursos Úteis

# PARTE 5 TORNA-TE UM CIDADÃO DIGITAL ATIVO

Agora que já dominas os Serviços Públicos *online*, é hora de dar um passo além: organizar a tua vida digital e ajudar quem precisa.

Ser um Cidadão Digital ativo significa não só tirar proveito da tecnologia para ti, mas também partilhar conhecimento com familiares e participar ativamente na sociedade.

Nesta fase, vais aprender a tornar-te um verdadeiro facilitador digital para a tua família e comunidade!



## O QUE VAIS APRENDER NESTA FASE?

- Como ajudar familiares a tornarem-se digitais;
- Ferramentas para organizar a vida da família;
- Como participar ativamente na sociedade através da tecnologia;
- Como assinar documentos digitalmente.



# 1. Como ajudar familiares com menos literacia digital?

Nem todos cresceram com a tecnologia. Idosos ou pessoas menos habituadas ao digital podem precisar de **paciência e apoio**.

## COMO ENSINAR UM FAMILIAR A USAR SERVIÇOS DIGITAIS?

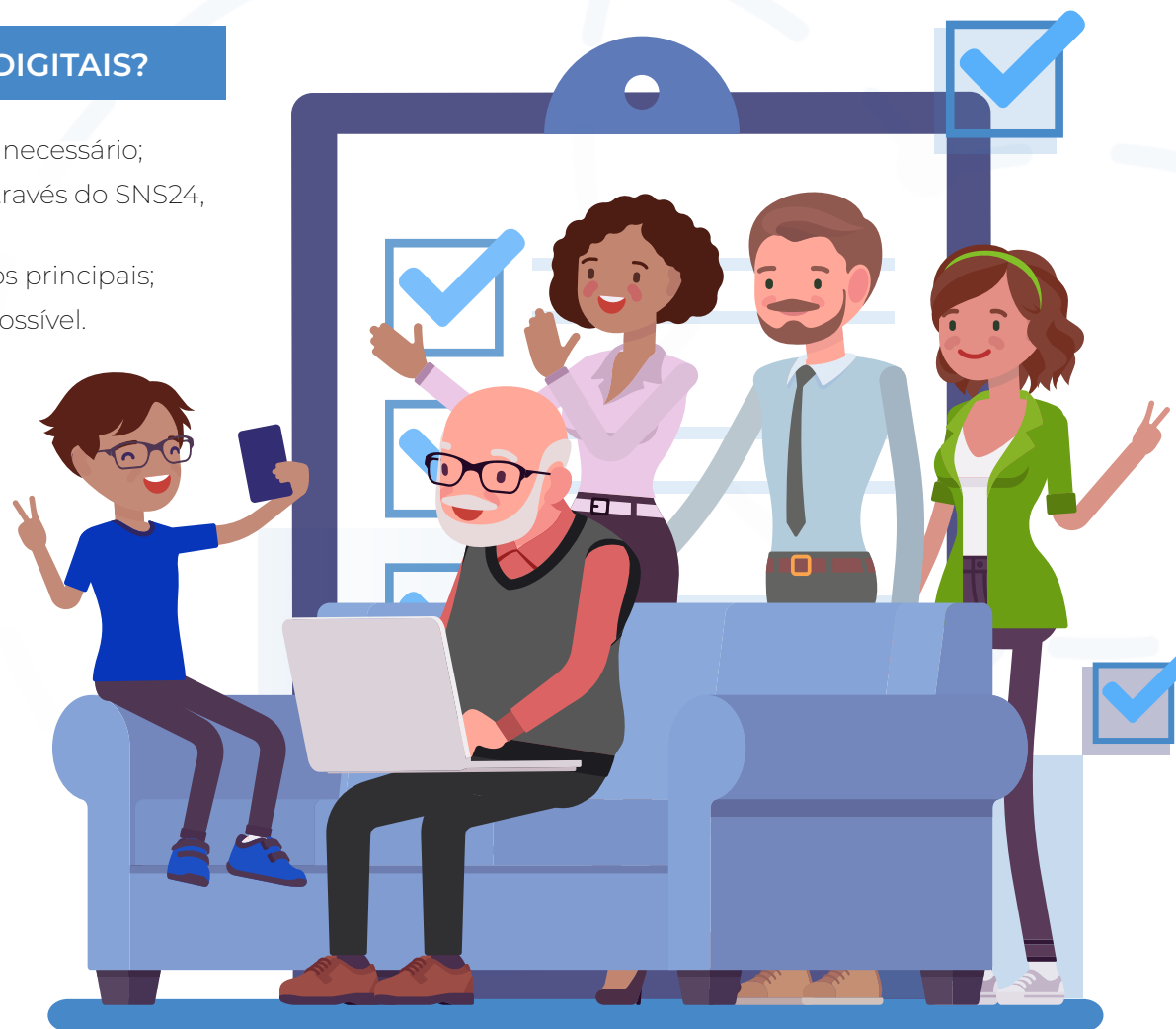
- **Explica passo a passo** - Explica o processo por fases e repete se necessário;
- **Faz demonstrações práticas** - Ajuda a marcar uma consulta, através do SNS24, ou a criar um *e-mail*, no Gmail, por exemplo;
- **Escreve instruções simples** - Cria um guia rápido com os passos principais;
- **Usa linguagem acessível** - Evita termos técnicos sempre que possível.

**DICA:** Se um familiar tem dificuldade em lembrar-se dos passos, grava um pequeno vídeo tutorial no telemóvel para que possa rever sempre que precisar!

## TESTE PRÁTICO



Ajuda um familiar a criar um *e-mail* ou a entrar no Portal das Finanças com a Chave Móvel Digital.



## 2. Ferramentas digitais para organizar a vida da família

A tecnologia pode **simplificar tarefas diárias** como pagamentos, compromissos e compras.

### APLICAÇÕES ÚTEIS PARA O DIA A DIA

- **Google Calendar** - Para organizar consultas, reuniões e compromissos;
- **MB WAY** - Para pagamentos rápidos e seguros sem precisar de cartão;
- **e-Fatura** - Para verificar e validar faturas e despesas;
- **Notas (Google Keep ou Evernote)** - Para listas de compras e lembretes;
- **WhatsApp** - Para comunicação rápida entre familiares, e onde podem também criar um grupo para a família toda trocar mensagens;
- **Google Meet/Zoom/WhatsApp** - Para videochamadas com familiares que vivem longe.

**DICA:** Cria um **calendário digital partilhado** com a família para marcar eventos importantes!

### TESTE PRÁTICO



Adiciona um compromisso no *Google Calendar* e partilha com a família.



### 3. Como participar ativamente na sociedade através da tecnologia

Ser um **Cidadão Digital ativo** não significa apenas usar a tecnologia para uso pessoal – podes também **participar na vida comunitária, política e social** através do digital!

#### COMO USAR A TECNOLOGIA PARA SER UM CIDADÃO MAIS INFORMADO?

- **Acompanha notícias de fontes confiáveis** para evitar *'fake news'* (notícias falsas);
- **Participa em consultas públicas online** sobre decisões do Governo local;
- **Usa o Portal da Queixa** para reportar problemas na tua cidade;
- **Explora o Orçamento Participativo** - Ajuda a tua cidade a escolher alguns projetos onde deve investir dinheiro.

#### PORTAIS QUE PROMOVEM A PARTICIPAÇÃO CÍVICA:

- 1. Portal Participa.gov:** Neste portal, os Cidadão podem consultar iniciativas em curso, apresentar propostas e sugestões e ainda, tomar decisões nos projetos participativos. É através deste portal que o Cidadão pode aceder a Consultas Públicas, processos legislativos e Orçamento Participativo. Se não encontrares o Orçamento Participativo da tua cidade neste *site* procura no site da tua Câmara Municipal.
- 2. Portal ConsultaLex:** O Cidadão pode informar-se sobre as Consultas Públicas do Governo, permitindo assim a sua participação no procedimento legislativo e regulamentar, através da consulta de diplomas e do acompanhando da elaboração de respetivo diploma até à fase de aprovação final.
- 3. Portal Mais Transparência:** Consulta de informações sobre a Administração Pública, apresenta os dados de forma simples, acessível e transparente, nomeadamente, sobre os Fundos Europeus e os Orçamentos do Estado.



## EXEMPLOS PRÁTICOS DE PARTICIPAÇÃO DIGITAL:

- **Orçamento Participativo:** Podes propor ou votar em projetos para a tua comunidade através do portal da tua Câmara Municipal;
- **Petições e abaixo-assinados:** Se queres apoiar uma causa, muitas petições estão disponíveis *online* para recolha de assinaturas. Também podes propor a tua petição.

**DICA:** Consulta [www.participa.pt](http://www.participa.pt) para ver discussões e consultas públicas abertas à população.

### TESTE PRÁTICO



Visita o *site* do Orçamento Participativo da tua cidade e vê em quais projetos podes votar!



## 4. Como assinar documentos digitalmente

A assinatura digital evita deslocações e poupa tempo. Com a **Chave Móvel Digital**, podes assinar documentos com validade legal. Pode ser ativada a partir dos 16 anos de idade.

### COMO ASSINAR UM DOCUMENTO ONLINE?

1. Acede ao site: [www.autenticacao.gov.pt](http://www.autenticacao.gov.pt);
2. Escolhe “**Assinar Documento Digital**”;
3. Faz *upload* do documento e assina com a **CMD** e o **PIN**;
4. Guarda o ficheiro assinado para envio ou armazenamento.

**DICA:** A assinatura digital tem a mesma validade legal que uma assinatura em papel desde que o documento não seja impresso e circule sempre digitalmente!

### TESTE PRÁTICO



Experimenta assinar um documento digitalmente e partilhá-lo com alguém.

Assiste ao vídeo do passo-a-passo para **assinar documentos digitalmente**.





DESAFIO DA

## FAMÍLIA DIGITAL

Cada elemento da família pode completar um destes desafios:

- Ensinar um familiar a usar um serviço digital;
- Criar um calendário partilhado com eventos da família;
- Votar num projeto do Orçamento Participativo da tua cidade;
- Explorar o site [Participa.gov](https://participa.gov.pt)

### PARTILHA O TEU PROGRESSO!

Tira uma foto ou faz um vídeo curto e usa a *hashtag* **#FamiliaDigitalPT** nas redes sociais para inspirar outras famílias!

Na próxima e última parte deste Guia vais poder descobrir, com a Família Mestre, como pequenos gestos fazem toda a diferença, como sejam: ensinar alguém a usar um serviço *online* ou assinar um documento digitalmente.

**O futuro é digital - e tu fazes parte dele!**

# #FamiliaDigitalPT

