

EDUCAR É COISA SÉRIA!
Programa de Apoio à Infância, Juventude e Parentalidade

FICHA TÉCNICA

Designação da ação

Nome: A infância não tem replay: Os desafios de educar na era digital

Data de realização: 27.03.2026

Horário: 18h00-21h00 (3 horas)

Local de realização: START Esposende – Sala Download, Largo Rodrigues Sampaio, n.º 37, 4740-218 Esposende

Entidade responsável: GAFIJ – Gabinete de Apoio à Família, Infância e Juventude/ Câmara Municipal de Esposende

Profissional responsável: Dulce Couto

Palavras-chave: Parentalidade positiva e consciente; Parentalidade digital; Exposição digital prolongada; Desenvolvimento infantil e juvenil.

Formato

Presencial.

Destinatários/as

Descrição: Aberta à comunidade, com particular destaque para pais, mães, responsáveis e cuidadores/as de crianças, e profissionais de entidades com competência em matéria de infância e juventude.

N.º mínimo de participantes: 8

N.º máximo de participantes: 30

Requisitos: Não aplicável.

Objetivos geral e específicos da ação

Geral: Promover uma compreensão crítica sobre o impacto da tecnologia e da exposição digital no desenvolvimento das crianças e jovens, sensibilizando famílias, cuidadores/as e profissionais para práticas de mediação informada, equilibrada e promotora de bem-estar, por forma a apoiar escolhas conscientes e a construção de ambientes digitais saudáveis.

Específicos:

- Compreender o impacto da tecnologia no desenvolvimento infantil e juvenil;
- Identificar riscos e oportunidades do uso de ecrãs;
- Refletir sobre práticas familiares e profissionais, incluindo a exploração de estratégias e soluções baseadas em evidência científica para uma gestão adequada da utilização de ecrãs por parte de crianças e jovens.

Conteúdos programáticos do módulo

- O domínio da tecnologia:
 - A era digital: O novo ecossistema da infância;
 - Literacia digital vs. uso digital;
 - Design persuasivo e economia da atenção.
- A realidade dos ecrãs:
 - Tipos de ecrãs e usos;
 - Estatísticas de uso;
 - Tipos de tempo de ecrã.
- Impacto da exposição prolongada:
 - Consequências físicas/biológicas;
 - Consequências cognitivas;
 - Consequências comportamentais;
 - Saúde emocional e redes sociais.
- Estratégias e soluções:
 - Estratégias para famílias;
 - Estratégias para profissionais.

Logística necessária

Espaço físico: START Esposende – Sala Download, Largo Rodrigues Sampaio, n.º 37, 4740-218 Esposende

Transporte: Não disponível.

Material tecnológico: Computador, projetor.

Outros materiais: Folhas, canetas.

Procedimento de inscrição

On-line, através do Portal do GAFIJ: <https://forms.office.com/e/EQLYNG0M05>

Procedimento de avaliação

Dos conteúdos: Não aplicável.

Da qualidade e impacto: Questionário de avaliação.

Certificação

Certificação de participação com frequência de 100% das horas do módulo e cumprimento do procedimento de avaliação.

Custo

Gratuito.

Outras informações úteis

Contactos da entidade promotora:

Câmara Municipal de Esposende

Divisão de Coesão e Desenvolvimento Social

Gabinete de Apoio à Família, Infância e Juventude

Rua 25 de Abril, n.º 67, 4740-002 Esposende

Telf. 253 960 100 | Telm.: 933 012 270

E-mail: gafij@cm-esposende.pt

Página institucional do Município:

<https://www.municipio.esposende.pt/viver/coesao-social/gafij-gabinete-de-apoio-a-familia-infancia-e-juventude>

Portal do GAFIJ: <https://gafij.cm-esposende.pt/content-areas/families#EducationIsASeriousThing>
