

SENIOR VLOG

Capacitar as pessoas mais velhas através da mentoria digital

Na era digital em rápida evolução, a iniciativa SeniorVlog é um farol, impulsionado pela missão de enriquecer a experiência digital dos mais velhos. Na nossa sociedade, a prevenção do isolamento social entre as pessoas mais velhas está a emergir como uma prioridade crítica para o bem-estar individual e coletivo. O isolamento social, muitas vezes devido a fatores como a perda de entes queridos, limitações físicas ou o avançar da idade, pode ter um impacto devastador na saúde mental e física. Prevenir o isolamento social não é apenas uma questão de bem-estar individual, mas também desempenha um papel fundamental na criação de comunidades mais resistentes e coesas. Quando as pessoas se sentem conectadas e apoiadas, têm mais probabilidades de manter uma saúde ótima e de contribuir ativamente para as suas comunidades. As tecnologias modernas e as iniciativas comunitárias podem desempenhar um papel fundamental neste domínio. A participação ativa das pessoas mais velhas na comunidade não só enriquece as suas vidas, como também traz benefícios tangíveis para a sociedade no seu conjunto e a prevenção do isolamento social não é apenas um ato de carinho, mas uma demonstração do nosso empenho numa sociedade que respeita e valoriza todas as idades.

O SeniorVlog, financiado pelo Erasmus+, tem agora o prazer de anunciar a sua mais recente iniciativa centrada na mentoria para pessoas mais velhas. Embora a mentoria seja uma metodologia bem estabelecida, há muitas vezes uma falta de informações detalhadas sobre resultados específicos, particularmente no contexto da promoção de competências de vlogging entre os mais velhos. Numa altura em que a conectividade digital desempenha um papel central no envolvimento social e no acesso à informação, a mentoria está a emergir como um apoio essencial para permitir que as pessoas mais velhas utilizem ferramentas digitais para amplificar as suas vozes, especialmente online.

O manual recém-lançado é um passo significativo, fornecendo orientações personalizadas para os mentores. Este manual é complementado por um workshop abrangente, concebido para dotar os novos mentores das competências e da confiança necessárias para o seu papel fundamental na facilitação dos percursos digitais das pessoas mais velhas. Um aspeto fundamental deste projeto é o reconhecimento do papel crucial da participação social ativa dos mais velhos na promoção do seu bem-estar geral. Face a desafios como a solidão e o isolamento social que acompanham frequentemente o envelhecimento, a mentoria digital atua como uma ponte valiosa, ligando as pessoas mais velhas ao vasto domínio da Internet e dos meios de comunicação social.

Reconhecendo que a entrada no mundo digital pode ser assustadora para algumas pessoas, a mentoria intervém para fornecer apoio personalizado na navegação nesta nova área. Através da mentoria digital, as pessoas mais velhas não só adquirem novas competências de expressão, como o vlogging, mas também se envolvem numa atividade estimulante que as liga a uma comunidade mais vasta.

O projeto SeniorVlog prevê que este material não só preencha a lacuna de informação existente no domínio da mentoria digital, como também contribua significativamente para a promoção de uma comunidade de mentores confiantes e competentes. Estes mentores desempenham um papel crucial na orientação das pessoas mais velhas através dos desafios e oportunidades do mundo digital.

Para os interessados em explorar este recurso inovador, convidamo-los a visitar o sítio Web oficial da iniciativa SeniorVlog, onde as orientações e o workshop para mentores estão facilmente acessíveis de forma gratuita.

NOTAS AOS EDITORES

- Para saber mais sobre o projeto SeniorVlog e para participar nas atividades, siga a ligação www.seniorvlog.eu
- SeniorVlog é cofinanciado pela Comissão Europeia ao abrigo do acordo de subvenção: Erasmus+ 2021-1-PL01-KA220-ADU-000028293
- Contactos Nacionais: joana.portugal@aproximar.pt | barbara.cordeiro@aproximar.pt

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.