



WP3 Pacote de formação baseado em simulação

Título do módulo: Módulo 1: Compreender o ambiente urbano - Implementação do design universal

Introdução ao módulo

Este módulo faz parte do Pacote de Formação Baseado em Simulação do ACT4DYS (WP3), desenvolvido para capacitar os animadores juvenis e formadores para que se tornem orientadores eficazes no desenvolvimento urbano inclusivo para pessoas com deficiência. O pacote responde a uma necessidade premente: muitos espaços urbanos continuam a excluir os jovens com deficiência da plena participação na vida pública, apesar das obrigações claras previstas nos quadros internacionais de direitos humanos.

O Módulo 1 (Compreender o Ambiente Urbano: Implementação do Design Universal) estabelece as bases conceptuais e práticas para todo o pacote de formação. Apresenta o Design Universal (DU) tanto como uma filosofia de design como um imperativo baseado nos direitos, explorando a forma como os seus sete princípios fundamentais podem ser aplicados para criar ambientes urbanos que sejam acessíveis, equitativos e acolhedores para todos, independentemente da idade, capacidade ou origem.

A quem se destina este módulo?

Este módulo foi concebido principalmente para animadores juvenis, formadores de jovens, especialistas em inclusão e acessibilidade, urbanistas e outras partes interessadas envolvidas na conceção de ambientes urbanos e no apoio aos jovens. Não é necessário qualquer conhecimento especializado prévio; o módulo foi concebido para ser acessível a profissionais de diversas áreas de especialização.

O que irá aprender?

No final deste módulo, será capaz de:

- Descrever os conceitos fundamentais do desenvolvimento urbano e a sua relação com a inclusão e a acessibilidade;
- Explicar os sete princípios do Design Universal e aplicá-los para propor soluções práticas para as barreiras à acessibilidade;
- Identificar barreiras comuns que afetam os jovens com deficiência nos espaços urbanos: físicas, sociais e comportamentais;
- Analisar estudos de caso reais para avaliar o grau de inclusão de diferentes contextos urbanos;



Cofinanciado pela
União Europeia



- Colaborar eficazmente com diversas partes interessadas em processos de planeamento urbano inclusivo;
- Aplicar a sua aprendizagem num cenário de simulação prática: redesenhar um parque real para que se torne acessível e inclusivo para todos.

Como está estruturado este módulo?

O módulo está organizado em quatro secções interligadas, seguindo a estrutura estabelecida para todos os cenários do ACT4DYS:

- Introdução ao tema e Conhecimentos Teóricos: conceitos fundamentais, incluindo os princípios do Design Universal, transportes sustentáveis e espaços adaptados aos jovens, com base na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CRPD) e nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS);
- Conhecimentos Práticos e Perspetivas: experiências vividas por jovens com deficiência, projetos urbanos inclusivos bem-sucedidos (por exemplo, os Superblocos de Barcelona, o «Design for All» da Noruega) e o papel dos animadores juvenis como defensores;
- Cenário de simulação: «Vrijbroekpark 2.0 – Vamos melhorá-lo!»: um desafio de conceção colaborativa em que equipas multidisciplinares redesenham um parque belga real, aplicando princípios de Design para Todos num sprint estruturado e baseado em funções;
- Recursos: um glossário, bibliografia, 2 fichas de atividades, grelha de avaliação, guião do formador e links para o portfólio eletrónico ACT4DYS e para podcasts, cursos e leituras recomendados.

Este módulo no pacote de formação mais abrangente

O Pacote de Formação ACT4DYS é composto por quatro cenários desenvolvidos pelo consórcio do projeto. Este primeiro módulo fornece os conhecimentos fundamentais que sustentam todo o pacote. Seguem-se o Cenário 2 (Melhorar os Transportes Alternativos), o Cenário 3 (Criar Espaços Públicos Adequados aos Jovens) e o Cenário 4 (a Ferramenta de Avaliação Urbana). Ao longo do processo de desenvolvimento, o Fórum Europeu das Pessoas com Deficiência (EDF), a organização que representa as pessoas com deficiência a nível europeu, analisou todos os materiais para garantir que cumprem as normas de inclusão e acessibilidade, em conformidade com o Design Universal para a Aprendizagem e as WCAG 2.2.

O pacote de formação reforça as capacidades dos animadores juvenis em cinco países europeus para promoverem um desenvolvimento urbano inclusivo para as pessoas com deficiência, combinando métodos de educação não formal, simulações práticas e uma revisão por pares rigorosa, de modo a proporcionar uma aprendizagem que seja simultaneamente significativa e transferível para a prática.



Cofinanciado pela
União Europeia



Módulo desenvolvido por M. Begoña Arenas, do ITC.



Este cenário está disponível ao abrigo da [licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional \(CC BY 4.0\)](#).



Cofinanciado pela
União Europeia



Introdução ao Tema

Os ambientes urbanos são ecossistemas complexos moldados pelas infraestruturas, pelas políticas, pela cultura e pelas necessidades da comunidade. Isto é especialmente verdade para os jovens adultos que navegam por estes espaços durante fases críticas do seu desenvolvimento pessoal e social. À medida que as cidades continuam a crescer, a procura por espaços urbanos inclusivos, acessíveis e sustentáveis torna-se cada vez mais urgente. Este módulo começa por explorar os conceitos fundamentais do desenvolvimento urbano e o papel crucial do Design Universal (DU) para garantir que as cidades sejam acolhedoras e funcionais para todos, em particular para os jovens com deficiência.

O planeamento urbano tem sido frequentemente moldado por objetivos como a eficiência, o fluxo de tráfego e o crescimento económico. Na prática, isto significou conceber as cidades em função dos automóveis, de grandes áreas comerciais e da mobilidade rápida, em vez de ter em conta as necessidades quotidianas de todas as pessoas. Consequentemente, muitos espaços públicos, edifícios e sistemas de transporte não foram concebidos tendo em conta a acessibilidade. Isto criou barreiras para os jovens com deficiência, limitando o seu acesso à educação, ao emprego, às atividades de lazer e às oportunidades de participar plenamente na vida comunitária. Esta exclusão não só viola princípios de direitos humanos, como os consagrados na Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, como também impede as cidades de beneficiarem das perspetivas e contribuições de todos os residentes.

O Design Universal exige uma abordagem proativa em relação à acessibilidade. Em vez de adaptar os ambientes para acomodar necessidades específicas, o Design Universal enfatiza a conceção de espaços que sejam intrinsecamente utilizáveis pelo maior número possível de pessoas, independentemente da idade, capacidade, deficiência ou origem (Steinfeld & Maisel, 2012). Esta abordagem está em consonância com o modelo social da deficiência, que encara a deficiência como um produto de barreiras ambientais e sociais, em vez de limitações individuais (Oliver, 1996).

A importância do desenho urbano inclusivo é destacada por quadros internacionais como a [Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência \(CRPD\)](#) e os [Objetivos de Desenvolvimento Sustentável \(ODS\)](#). O artigo 9.º da CRPD obriga os países a eliminar as barreiras de acesso no ambiente físico, nos transportes e nas instalações públicas (Nações Unidas, 2006). Da mesma forma, o ODS 11 visa tornar as cidades inclusivas, seguras, resilientes e sustentáveis, com um enfoque específico na acessibilidade para as populações em situações vulneráveis (Nações Unidas, 2015).

Os jovens com deficiência enfrentam desafios únicos em ambientes urbanos, incluindo transportes públicos inacessíveis, falta de espaços adaptados aos jovens e



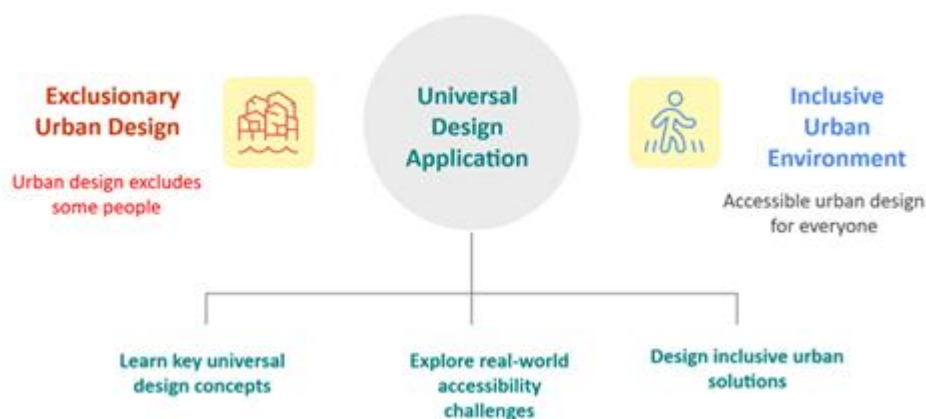
Cofinanciado pela
União Europeia



oportunidades limitadas de participação cívica. Enfrentar estes desafios requer uma compreensão matizada das dimensões físicas e sociais da vida urbana. Exige também a colaboração entre urbanistas, animadores juvenis, Especialista em inclusão e acessibilidade e decisores políticos.

Conforme ilustrado na Figura 1, este módulo prepara o terreno para essa colaboração, dotando os participantes dos conhecimentos e das ferramentas necessárias para avaliar criticamente os ambientes urbanos através da perspectiva do Design Universal, com especial ênfase nas experiências vividas e nas necessidades dos jovens com deficiência.

Figura 1: Aplicação dos princípios de design urbano pelo ACT4DYS. Elaboração própria.



Este módulo apresenta conceitos-chave, explora desafios do mundo real e prepara os formandos para participarem num cenário de simulação onde aplicarão os seus conhecimentos para conceber soluções urbanas inclusivas.



Módulo 1 — CONHECIMENTOS TEÓRICOS

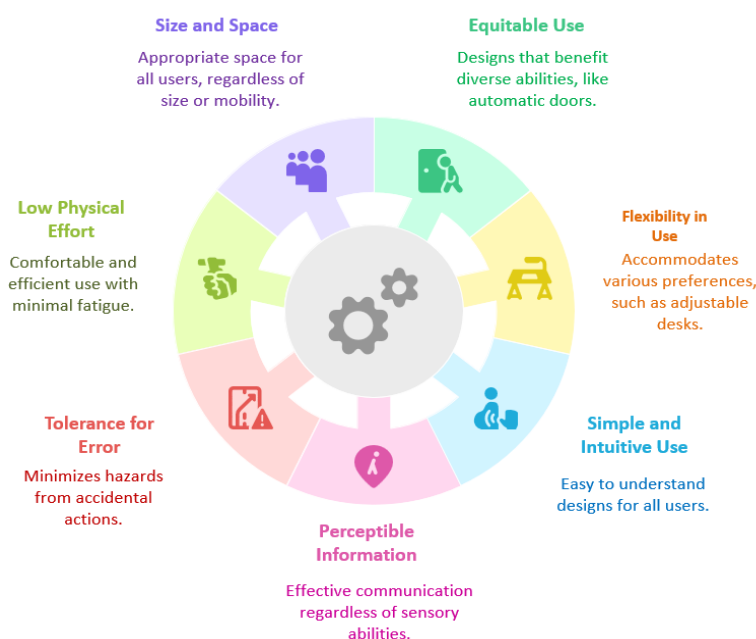
Esta secção explora os conceitos, teorias e princípios fundamentais que sustentam o desenvolvimento urbano inclusivo para pessoas com deficiência, com destaque para o Design Universal, os transportes sustentáveis e os espaços adaptados aos jovens. Estes fundamentos teóricos proporcionam as ferramentas analíticas necessárias para que os participantes analisem criticamente os ambientes urbanos e proponham soluções inclusivas.

1. Princípios do Design Universal

O Design Universal (DU) é uma filosofia de design proativa que visa criar ambientes, produtos e sistemas que possam ser utilizados por todas as pessoas, na medida do possível, sem a necessidade de adaptações posteriores ou soluções especializadas (Mace, 1998). Em vez de se concentrar exclusivamente na adaptação às necessidades das pessoas com deficiência após o surgimento de barreiras, o DU promove um pensamento inclusivo em todas as fases de um projeto, desde o planeamento e a conceção até à implementação e avaliação. Isto garante que a diversidade em termos de capacidades, deficiências, idades e experiências seja tida em conta ao longo de todo o processo de desenvolvimento.

Conforme ilustrado na Figura 2, os sete princípios do Design Universal (Connell et al., 1997) servem de guia fundamental para o planeamento urbano inclusivo:

Figura 2: Princípios do Design Universal. Adaptado de Connell et al., 1997.





Cofinanciado pela
União Europeia



Estes princípios não são listas de verificação prescritivas, mas sim objetivos de conceção que incentivam o pensamento inclusivo. São especialmente relevantes em contextos urbanos onde populações diversas interagem com infraestruturas partilhadas:

1. **Utilização Equitativa:** O projeto é útil e acessível a pessoas com capacidades e deficiências diversas. Por exemplo, as portas automáticas beneficiam os utilizadores de cadeiras de rodas, os pais com carrinhos de bebé e as pessoas que transportam objetos pesados.
2. **Flexibilidade de utilização:** O design adapta-se a uma vasta gama de preferências individuais, capacidades e deficiências. Secretárias com altura ajustável ou sinalética multilingue são exemplos disso.
3. **Utilização simples e intuitiva:** O design é fácil de compreender, independentemente da experiência, dos conhecimentos, das competências linguísticas ou do nível de concentração do utilizador.
4. **Informação perceptível:** O design comunica eficazmente a informação necessária ao utilizador, independentemente das condições ambientais ou das capacidades sensoriais do utilizador (por exemplo, sinalética visual e tátil).
5. **Tolerância ao erro:** O design minimiza os riscos e as consequências adversas de ações acidentais ou não intencionais.
6. **Baixo esforço físico:** O design pode ser utilizado de forma eficiente e confortável, com um mínimo de fadiga.
7. **Dimensões e espaço para acesso e utilização:** São proporcionadas dimensões e espaço adequados para o acesso, alcance, manipulação e utilização, independentemente do tamanho corporal, da postura ou da mobilidade do utilizador.

Por exemplo, os sistemas de transportes públicos que incorporam os princípios da UD podem incluir autocarros de piso rebaixado, pavimento tátil e anúncios sonoros das paragens. Estas características beneficiam não só as pessoas com deficiência, mas também os idosos, as crianças e os falantes de línguas não nativas.

É importante referir que a UD está alinhada com o modelo social da deficiência, que reinterpreta a deficiência como resultado de barreiras ambientais e sociais, em vez de deficiências individuais (Oliver, 1996). Este modelo transfere a responsabilidade do indivíduo para o sistema, enfatizando a necessidade de remover obstáculos no ambiente construído, na comunicação e nas atitudes sociais.

No planeamento urbano, aplicar a UD significa conceber parques, passeios, habitações, edifícios públicos e espaços recreativos que sejam acessíveis e acolhedores para todos. Significa também envolver as pessoas com deficiência no processo, para garantir que as suas experiências de vida contribuam para soluções inclusivas (Steinfeld & Maisel, 2012). Esta abordagem participativa não só melhora



Cofinanciado pela
União Europeia



os resultados do projeto, como também promove um sentimento de pertença e de empoderamento entre os grupos marginalizados.

2. Conceitos relacionados com os transportes sustentáveis

O transporte sustentável é uma componente essencial do desenvolvimento urbano inclusivo. Refere-se a sistemas que são ambientalmente responsáveis, economicamente viáveis e socialmente inclusivos (Banister, 2008). Para os jovens com deficiência, o acesso a transportes fiáveis e acessíveis é essencial para a participação na educação, no emprego e na vida social.

A conceção de sistemas de transporte com base nos princípios do Design Universal (UD) garante que os veículos, as estações e os percursos sejam acessíveis a pessoas com deficiências motoras, sensoriais e cognitivas. Isto inclui características como pavimento tátil, anúncios sonoros, autocarros de piso rebaixado e sinalização clara. A integração destas características não só beneficia as pessoas com deficiência, como também apoia as populações em envelhecimento, os pais com carrinhos de bebé e outras pessoas com dificuldades temporárias de mobilidade.

3. Importância dos espaços adaptados aos jovens

Os espaços urbanos adaptados aos jovens são ambientes que apoiam o desenvolvimento físico, emocional e social dos jovens. Estes espaços devem ser seguros, acessíveis e inclusivos, permitindo a recreação, a aprendizagem e o envolvimento cívico. Para os jovens com deficiência, tais espaços devem ser concebidos com atenção à acessibilidade, à autonomia e às oportunidades de interação (Malone, 2002).

Os espaços inclusivos para jovens contribuem para a coesão social e capacitam os jovens a participar na vida comunitária. Servem também como plataformas de defesa de direitos e liderança, permitindo que os jovens moldem os ambientes em que vivem. Os urbanistas, os animadores juvenis e os especialistas em inclusão e acessibilidade devem colaborar para garantir que estes espaços reflitam as diversas necessidades e aspirações de todos os jovens.

Conhecimento prático e perspectivas:

Embora os quadros teóricos forneçam a base para o desenvolvimento urbano inclusivo, o conhecimento prático é essencial para traduzir estas ideias em impacto no mundo real. Esta secção explora as experiências vividas por jovens com deficiência em ambientes urbanos, destaca estudos de caso bem-sucedidos e delineia os papéis das principais partes interessadas na promoção de práticas urbanas inclusivas e sustentáveis.



1. Compreender as necessidades dos jovens com deficiência

Os jovens com deficiência enfrentam frequentemente múltiplas barreiras interligadas em contextos urbanos. Estas incluem transportes inacessíveis, espaços públicos mal concebidos, falta de instalações recreativas inclusivas e oportunidades limitadas de participação cívica (UNICEF, 2013). Estas barreiras não são apenas físicas, mas também sociais e atitudinais, muitas vezes enraizadas na falta de sensibilização ou de consulta.

Por exemplo, um jovem com deficiência visual pode ter dificuldade em orientar-se numa cidade sem pavimento tátil ou sinais sonoros nos cruzamentos. Da mesma forma, um jovem com autismo pode sentir-se oprimido em ambientes lotados e barulhentos, sem zonas tranquilas designadas ou espaços sensorialmente adaptados (OMS, 2011). Responder a estas necessidades requer uma abordagem centrada no utilizador, que envolva os jovens com deficiência na conceção e avaliação dos espaços urbanos.

2. Estudos de caso de projetos urbanos inclusivos

Várias cidades implementaram com sucesso iniciativas urbanas inclusivas para pessoas com deficiência que demonstram o valor do Design Universal:

- O projeto «Superblocks» de Barcelona reorganiza os quarteirões da cidade para dar prioridade aos peões e reduzir o tráfego, criando espaços públicos mais seguros e acessíveis (Mueller et al., 2020).
- A iniciativa «Design for All» na Noruega integra os princípios do Design Universal nas políticas nacionais de planeamento, garantindo que a acessibilidade seja um requisito legal e de conceção desde o início (Bringolf, 2011).
- O [portfólio eletrónico](#) ACT4DYS inclui exemplos como auditorias a espaços públicos lideradas por jovens, workshops de co-design com jovens com deficiência e parques infantis inclusivos que promovem a interação social e a mobilidade.

Estes exemplos demonstram que o design inclusivo não só é viável, como também melhora a qualidade de vida de todos os residentes.

3. Papel dos animadores juvenis e de outras partes interessadas

Os animadores juvenis desempenham um papel fundamental na defesa e na facilitação do desenvolvimento urbano inclusivo. Atuam como intermediários entre os jovens e os decisores, ajudando a amplificar as vozes dos grupos marginalizados. As suas responsabilidades podem incluir:

- Organizar oficinas de design participativo.
- Apoiar os jovens na realização de auditorias de acessibilidade.
- Facilitar o diálogo entre os jovens, os urbanistas e os decisores políticos.



Cofinanciado pela
União Europeia



Outras partes interessadas podem colaborar para garantir que o design inclusivo seja integrado em todas as fases do desenvolvimento urbano. As parcerias intersetoriais são essenciais para alinhar os conhecimentos técnicos com as necessidades da comunidade.

4. Estratégias para práticas urbanas sustentáveis e inclusivas

Para promover ambientes urbanos sustentáveis e inclusivos, os profissionais podem adotar várias estratégias:

- Planeamento participativo: Envolver os jovens com deficiência em todas as fases do design e da tomada de decisões.
- Integração de políticas: Incorporar os princípios do desenho urbano inclusivo nos regulamentos de planeamento locais e nacionais.
- Reforço de capacidades: Formar profissionais e membros da comunidade em práticas de conceção inclusiva.
- Monitorização e avaliação: Utilizar ferramentas como auditorias de acessibilidade e feedback dos utilizadores para avaliar e melhorar os espaços urbanos.

Estas estratégias garantem que a inclusão não seja uma consideração secundária, mas sim um valor central no desenvolvimento urbano.

Ligação ao cenário de simulação:

O cenário de simulação intitulado «Vrijbroekpark 2.0 – Vamos melhorá-lo!» serve como uma aplicação dinâmica e prática do conteúdo do módulo. Permite aos participantes, principalmente animadores juvenis, envolverem-se num desafio de design colaborativo que integra os princípios do Design Universal, o planeamento urbano inclusivo e a sustentabilidade. O cenário está estruturado de forma a espelhar os processos reais de desenvolvimento urbano, incentivando o pensamento crítico, o trabalho em equipa e a criatividade.

Aplicação do Conhecimento Teórico Durante a Fase de Conceção

Durante a fase de conceção, os participantes são divididos em equipas multidisciplinares (por exemplo, urbanistas, especialistas em inclusão e acessibilidade, especialistas em ambiente e representantes da comunidade). Cada equipa recebe uma planta do Vrijbroekpark, situado na Bélgica, e tem como tarefa redesenhar o espaço para melhorar a acessibilidade e a inclusão.

São aplicados diretamente conceitos teóricos do módulo, tais como os sete princípios do Design Universal (Connell et al., 1997), o modelo social da deficiência (Oliver, 1996) e a mobilidade sustentável (Banister, 2008). Por exemplo:



Cofinanciado pela
União Europeia



- A «Utilização Equitativa» é abordada através da adição de rampas e percursos táteis.
- A flexibilidade de utilização reflete-se em zonas sensoriais para utilizadores neurodivergentes.
- O Design Sustentável é incorporado através de características ecológicas, como estruturas de proteção solar e jardins de chuva.

Os participantes devem identificar lacunas na acessibilidade e propor melhorias utilizando os princípios do Design Universal, tais como ajustar os declives dos percursos, adicionar sinalização em Braille e criar zonas tranquilas. O formador facilita esta fase, colocando desafios do mundo real e oferecendo orientação técnica.

Tomada de decisões com base em perspetivas práticas

As perspetivas da secção prática do módulo - tais como as experiências vividas por jovens com deficiência (UNICEF, 2013; OMS, 2011) e estudos de caso bem-sucedidos (Mueller et al., 2020) - orientam as decisões de design. As equipas são encorajadas a considerar:

- Como o seu projeto apoia as necessidades de mobilidade, sensoriais e cognitivas.
- Como as funcionalidades adaptadas aos jovens promovem a inclusão social e a interação intergeracional.
- Como a sustentabilidade e a acessibilidade podem coexistir no planeamento urbano.

Estas considerações garantem que a simulação reflita desafios e soluções autênticos no desenvolvimento urbano inclusivo para pessoas com deficiência.

Preparação para a Apresentação e Defesa

Na fase de Apresentação e Exposição, cada equipa apresenta o seu modelo de parque redesenhado, explicando como aplicaram os princípios do Design Universal (UD) e como responderam às necessidades da comunidade. Esta fase reforça as competências de comunicação e a capacidade de justificar as escolhas de design com base em conhecimentos teóricos e práticos.

Os participantes devem explicar:

- Como o seu projeto apoia utilizadores com capacidades diversas e deficiências.
- Que compromissos foram feitos entre criatividade e funcionalidade.
- Como as suas funções influenciaram o resultado final.



Cofinanciado pela
União Europeia



O formador desempenha o papel de «Comissário Municipal», fazendo perguntas aprofundadas para avaliar a compreensão e incentivar a reflexão.

Recursos: (Lista de materiais de apoio para participantes e formadores)

- Glossário, na página seguinte
- Bibliografia, incluída no final deste documento
- Links para secções relevantes do [portfólio eletrónico](#) ACT4DYS
- Fichas de atividades para tarefas de cenários.
- Rubrica de avaliação.
- Instruções para animadores juvenis/formadores sobre como utilizar o conteúdo do módulo e conduzir o cenário (ver a «Guia do Formador» de uma página, logo a seguir aos materiais de leitura).
- Materiais de leitura adicionais, vídeos, podcasts ou links:

Podcasts

[Podcast «Inclusive Designers»](#) – «Os meandros de um bom desenho urbano». Uma análise aprofundada das melhores práticas para o desenho urbano inclusivo, com a participação dos especialistas Meg O’Connell e Steve Wright. Os temas incluem a acessibilidade em espaços públicos, a mobilidade inclusiva e o desenho sem adaptações posteriores.

[Building Inclusive Arab Cities](#) – Instituto Árabe de Desenvolvimento Urbano. Um podcast em formato de webinar que explora a forma como a acessibilidade universal está integrada no planeamento urbano nas cidades árabes. Inclui estudos de caso e ferramentas como o sistema «Sahl» e o quadro LEED.

Cursos e vídeos

[Planeamento para o Design Universal – Curso da Planetizen](#). Um curso em vídeo estruturado que apresenta os princípios do Design Universal, a sua distinção em relação à conformidade com a ADA e estudos de caso reais (por exemplo, Portland Transit Mall, Londres).

Materiais de Leitura

[Design Universal: Um Guia para Arquitetos e Designers – UGREEN](#). Um guia abrangente para a implementação do Design Universal na arquitetura e no planeamento urbano, com foco no bem-estar da comunidade e na inclusão social.

[Folhetos da EDF sobre pessoas com deficiência e os ODS](#). Disponíveis em formato de fácil leitura para pessoas com deficiência intelectual e em todas as línguas da UE. Também está disponível um vídeo em língua gestual internacional.



Cofinanciado pela
União Europeia



«Guia do Formador» de uma página

Início (2 min):

«Olá a todos! Hoje vamos melhorar um parque para o tornar mais inclusivo, especialmente para os jovens com deficiência. Vamos fazer agora um breve inquérito preliminar; isso ajuda-nos a perceber o que mudou depois.»

Mini-introdução ao Design Universal (5–7 min):

Design Universal = espaços que são fáceis de utilizar para o maior número possível de pessoas desde o início — percursos claros, acesso sem degraus, informação tátil/visual, zonas tranquilas. Trata-se de dignidade, segurança e participação

Briefing da equipa (1 min):

«Vão trabalhar como Planeador, Especialista em inclusão e acessibilidade, Representante da Comunidade e Especialista em Ambiente. Tomem decisões rápidas e criem um modelo simples.»

Dicas para o design sprint (espalhe a cada 5–10 min):

«Mostrem-me uma solução para um utilizador de cadeira de rodas aqui.»

«Adicione um local adaptado às necessidades sensoriais.»

«Como é que uma pessoa com deficiência visual vai encontrar as casas de banho?» / «Onde fica a zona de sombra e de descanso?»

Apresentações (3 min/equipa) + pontuação amigável:

«Vou avaliar com base na criatividade, funcionalidade, inclusão, sustentabilidade e adequação à comunidade — de forma breve e concisa.»

Conclusão (5 min):

«Indique uma coisa relacionada com a UD que vai experimentar no trabalho na próxima semana.»

→ Partilhe o link/QR do inquérito.

«Obrigado! O teu feedback ajuda-nos a melhorar o pacote de formação.»

O que fazer se o realizar online

- Mantenha o mesmo fluxo. Utilize salas de grupo para as equipas.
- Recolha comprovativos através de um formulário de presença partilhado + capturas de ecrã.
- Utilize quadros brancos digitais (Miro, Jamboard, PPT) para o mapa.
- Continue a realizar inquéritos antes e depois da sessão e uma breve sessão de reflexão



Cofinanciado pela
União Europeia



Referências:

Banister, D. (2008). *O paradigma da mobilidade sustentável*. *Transport Policy*, 15(2), 73–80. <https://doi.org/10.1016/j.tranpol.2007.10.005>

Bringolf, J. (2011). *Barreiras ao design universal na habitação*. *Urban Policy and Research*, 29(3), 275–292. <https://doi.org/10.1080/08111146.2011.578110>

Connell, B. R., Jones, M., Mace, R., Mueller, J., Mullick, A., Ostroff, E., ... & Vanderheiden, G. (1997). *Os princípios do design universal*. Centro de Design Universal, Universidade Estadual da Carolina do Norte.

Mace, R. (1998). *Design universal na habitação*. *Assistive Technology*, 10(1), 21–28.

Malone, K. (2002). *Vida nas ruas: juventude, cultura e utilizações concorrentes do espaço público*. *Ambiente e Urbanização*, 14(2), 157–168. <https://doi.org/10.1177/095624780201400213>

Mueller, N., Rojas-Rueda, D., Khreis, H., Cirach, M., Andrés, D., Ballester, J., & Nieuwenhuijsen, M. J. (2020). *Alterar o desenho urbano das cidades em prol da saúde: o modelo Superblock*. *Environment International*, 134, 105132. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2019.105132>

Oliver, M. (1996). *Compreender a deficiência: da teoria à prática*. Macmillan.

Steinfeld, E., & Maisel, J. (2012). *Design universal: Criar ambientes inclusivos*. Wiley.

UNICEF. (2013). *O estado das crianças no mundo 2013: Crianças com deficiência*. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2013>

Nações Unidas. (2006). *Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência*. <https://www.un.org/disabilities/documents/convention/convoptprot-e.pdf>

Nações Unidas. (2015). *Transformar o nosso mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável*. <https://sdgs.un.org/2030agenda>

Organização Mundial da Saúde (OMS). (2011). *Relatório Mundial sobre a Deficiência*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241564182>.



Módulo 1 - DESENVOLVIMENTO DE CENÁRIOS

INFORMAÇÃO PRELIMINAR

Participantes: 15 animadores juvenis

Convite aos participantes: [elabore um convite aos participantes utilizando este formulário de INSCRIÇÃO E CONSENTIMENTO como exemplo](#)

Objetivo da sessão:

Elaborar um exercício baseado num cenário, em equipas, para conceber e modelar fisicamente um espaço urbano acessível, aplicando princípios de design universal para garantir que o espaço seja inclusivo para todas as pessoas, especialmente para as pessoas com deficiência.

Estrutura passo a passo:

1. Introdução e orientação (15 minutos)

- **Objetivo:** Apresentar aos participantes o conceito de Design Universal e a sua importância no planeamento urbano (em PowerPoint: utilizar o conteúdo do ACT4DYS_WP3_ThematicModuleContent_1).
- **Papel do formador:** Apresente uma breve visão geral dos princípios do Design Universal, destacando a importância de tornar os espaços acessíveis a pessoas com diversas deficiências.
 - Explicar o conceito de «projetar para todos»: como os espaços devem ser utilizáveis por todas as pessoas, independentemente da idade, capacidade, deficiência ou origem.
 - Mostre exemplos de espaços urbanos que integram com sucesso o design universal (por exemplo, rampas, percursos táteis, sinalética).
- **Elemento lúdico:** Crie entusiasmo explicando que os participantes serão avaliados com base na criatividade, funcionalidade e inclusão.
- **Pergunta pré-atividade:** Peça aos participantes que pensem em espaços públicos que tenham visitado: que elementos os tornaram acessíveis ou não?

2. Formação de equipas e atribuição de funções (5 minutos)

- **Objetivo:** Formar equipas e atribuir funções.
- **Papel do formador:** Assegure-se de que cada equipa tenha uma boa combinação de competências e perspetivas (por exemplo, um urbanista a trabalhar com um especialista em ambiente e um especialista em inclusão e acessibilidade).
- **Preparação:** Cada equipa recebe um conjunto de materiais e um mapa/planta básica do espaço que irá redesenhar (ver abaixo).



Cofinanciado pela
União Europeia



3. Fase de conceção (30-40 minutos)

- **Objetivo:** Vrijbroekpark 2.0 – Vamos melhorá-lo!
- **Divisão de tarefas:**
- Urbanistas:
 - Reestruem a disposição do parque para reduzir a distância a pé até às zonas principais.
 - Adicionar pontos de descanso com sombra a cada 100 metros.
- Defensores das pessoas com deficiência:
 - Melhorar os percursos com pavimento tátil e garantir que todas as entradas incluam sinalização audiovisual.
 - Introduzir zonas sensoriais tranquilas para utilizadores neurodivergentes junto a áreas de recreio ruidosas.
- Representantes da comunidade:
 - Incorporar zonas de convívio social, como áreas para piqueniques ou bancos para contar histórias.
 - Proponham elementos que promovam encontros intergeracionais e a inclusão cultural.
- Especialistas em ambiente:
 - Adicionar melhorias ecológicas, como jardins de chuva, estruturas de sombra solar e plantas autóctones que sejam seguras e estimulantes para os sentidos.
 - Recomendar bancos sustentáveis fabricados com materiais reciclados.

Instruções da tarefa:

- Correções no mapa: Utilize a [planta do Vrijbroekpark fornecida](#).
- Captura de ecrã abaixo:



Vrijbroekpark site map



- Identificar lacunas: Localize áreas com falta de acessibilidade, sombra, bancos sociais ou sinalização.
- Proponha melhorias: Esboce ou crie um modelo:
 - Larguras e inclinações melhoradas dos caminhos.
 - Zonas sensoriais (texturas, sinalética, aromas).
 - Características ecológicas integradas em bancos acessíveis ou áreas de lazer.
 - Sinalética com Braille, áudio e etiquetas multilingues.
- **Papel do formador: Circular entre as equipas para oferecer orientação e desafios. Exemplos:**
 - «O espaço tem de ser sensorialmente acessível. Conseguem criar um espaço que reduza o ruído para os visitantes com autismo?»
 - «Conseguem integrar uma funcionalidade que facilite a orientação de pessoas com deficiência visual?»
 - «Têm 10 minutos para adicionar uma rampa acessível a cadeiras de rodas. Onde a colocariam?»
 - «Este parque deve ser sustentável. Como podem garantir que tenha elementos ecológicos?»

Forneça orientações adicionais e informações técnicas, se necessário (por exemplo, medidas de acessibilidade).

Dica do formador: Utilize um «temporizador» para aumentar a urgência e simular a pressão do mundo real.

4. Apresentação (15 minutos)

- **Objetivo:** Cada equipa apresenta o seu modelo ao grupo e explica como incorporou os princípios do design universal.
- **Descrição da tarefa:**
 - Cada equipa tem 3 minutos para apresentar o seu projeto, destacando as principais características de acessibilidade, a sustentabilidade e a forma como as necessidades da comunidade foram tidas em conta.
 - Devem justificar as escolhas que fizeram relativamente a rampas, percursos táteis, lugares sentados e áreas sensoriais.
- **Papel do formador:** Desempenhar o papel de «Comissário Municipal» ou «Painel de Planeamento Urbano», fazendo perguntas sobre características específicas. Por exemplo:
 - «De que forma é que este projeto apoia as pessoas com mobilidade reduzida?»
 - «Que considerações tiveram em conta para as pessoas com deficiência visual?»
 - «Explique como o vosso projeto promove um sentimento de comunidade e segurança.»
- **Feedback entre pares:** Permita que as outras equipas façam perguntas ou dêem feedback, reforçando a natureza colaborativa do planeamento urbano.



5. Julgamento e avaliação (10 minutos)

- **Objetivo:** As equipas recebem feedback sobre o seu projeto com base na criatividade, funcionalidade e conformidade com os princípios do design universal.
- **Papel do formador:** Avaliar os projetos e dar feedback sobre:
 - Criatividade: A equipa pensou fora da caixa ao conceber um espaço único e envolvente?
 - Funcionalidade: O projeto é realista e satisfaz todas as necessidades de acessibilidade?
 - Inclusão: Em que medida o projeto atendeu às necessidades de pessoas com todos os tipos de capacidades?

Utilize uma grelha de avaliação para pontuar cada equipa com base em critérios específicos (por exemplo, qualidade do projeto, acessibilidade, sustentabilidade, envolvimento da comunidade).

- **Elemento lúdico:** As equipas recebem pontos pela criatividade, funcionalidade e inclusão. A equipa com a pontuação mais elevada vence, mas todas as equipas devem ser elogiadas pelas suas contribuições e criatividade.

6. Balanço e reflexão (15 minutos)

- **Objetivo:** Refletir sobre o processo e as lições aprendidas.
- **Papel do formador:** Conduza uma discussão sobre a importância do design universal e como este pode ser aplicado no planeamento urbano no mundo real.
 - Que desafios as equipas enfrentaram ao garantir a acessibilidade?
 - Como é que equilibraram a criatividade com a praticabilidade?
 - De que forma as suas funções influenciaram o projeto final?
- **Avaliação de conhecimentos:** Peça aos participantes que partilhem como aplicariam os princípios do design universal nas suas próprias comunidades ou no seu futuro trabalho com jovens.

Considerações finais sobre a formação de animadores juvenis:

Esta abordagem prática, baseada em simulações, permite aos animadores juvenis experimentar as complexidades do design urbano, incluindo a necessidade de inclusão e acessibilidade. Ao participarem ativamente na criação de um espaço urbano, ficarão mais bem preparados para compreender e ensinar estes conceitos a outras pessoas.

A estrutura também incentiva o trabalho em equipa, a resolução de problemas e o pensamento crítico, competências valiosas para os animadores de jovens quando interagem com os jovens e as comunidades no seu trabalho.



Módulo 1 – RECURSOS: ATIVIDADES

Ficha de Atividades 1: Papel de «Especialista em inclusão e acessibilidade» – Cenário 1

Título do Módulo/Cenário: Cenário 1: Compreender o Ambiente Urbano – Implementação do Design Universal

Função atribuída: Especialista em inclusão e acessibilidade

Objetivo da atividade: Na qualidade de Especialista em inclusão e acessibilidade, o seu objetivo é garantir que a proposta da sua equipa para o ambiente urbano simulado seja o mais inclusiva e acessível possível, com foco nas necessidades dos jovens com deficiência. Terá de identificar barreiras e propor soluções com base nos princípios do Design Universal.

Instruções:

1. **Analise o Cenário:** Leia atentamente a descrição do ambiente urbano apresentada neste cenário. Preste especial atenção aos elementos de infraestrutura, transportes e espaços públicos.

2. **Identifique barreiras à acessibilidade:** Recorra à descrição do ambiente e ao seu conhecimento sobre os desafios de mobilidade e acesso para pessoas com deficiência. Identifique pelo menos 3 barreiras específicas que possam impedir a plena participação de jovens com deficiência neste ambiente. Considere diferentes tipos de deficiência (por exemplo, mobilidade reduzida, deficiência visual, deficiência auditiva).

Perguntas para orientar a sua reflexão: Como é que um utilizador de cadeira de rodas se desloca nesta rua? Uma pessoa cega consegue atravessar este parque em segurança? As opções de transportes públicos são acessíveis a todos?

3. **Propor soluções de Design Universal:** Para cada barreira identificada, proponha uma ou mais soluções concretas, recorrendo aos princípios do Design Universal. O Design Universal visa criar ambientes que possam ser utilizados por todas as pessoas, na medida do possível, sem necessidade de adaptações ou de um design especializado.

◦Exemplo: Se identificou escadas como uma barreira, uma solução de Design Universal poderia ser a instalação de uma rampa com inclinação adequada e corrimãos.

4. **Colabore com a sua equipa:** Discuta as suas conclusões e propostas com os outros membros da equipa (urbanistas, representantes da comunidade, especialistas em ambiente). Explique a importância da acessibilidade e da inclusão e como as suas soluções se integram no projeto global. Assegure-se de que a proposta final da equipa reflete uma forte consideração pela inclusão das pessoas com deficiência.

5. **Prepare a sua contribuição para a apresentação:** Esteja preparado para explicar aos avaliadores como a proposta da sua equipa responde às necessidades dos jovens com



Cofinanciado pela
União Europeia



deficiência e como incorpora os princípios do Design Universal. Destaque as soluções-chave que a sua função defendeu.

Recursos adicionais:

Consulte as secções relevantes do portfólio eletrónico interativo com estudos de caso e melhores práticas em desenvolvimento urbano inclusivo.

Espaço para notas e ideias:

Ficha de Atividade 2: «Identificar Barreiras e Soluções Inclusivas em Ambientes de Trabalho Urbanos»

Título do módulo/cenário: Cenário 1: Compreender o ambiente urbano — Implementar o Design Universal

Função atribuída: exercício colaborativo

Objetivo da atividade: Aplicar os princípios do Design Universal a contextos de trabalho reais ou familiares, identificando de forma colaborativa as barreiras à acessibilidade e propondo soluções inclusivas e sustentáveis utilizando um [quadro Padlet](#).

Instruções:

1. Pense no seu local de trabalho atual ou num local de trabalho que conheça bem.
2. Identifique pelo menos uma barreira à acessibilidade que possa afetar a participação no trabalho.
3. Publique a sua contribuição na coluna apropriada:

Barreiras físicas

Barreiras digitais

Barreiras organizacionais

Barreiras atitudinais

4. Para cada barreira, proponha uma solução inclusiva, alinhada com os princípios do Design Universal.



Cofinanciado pela
União Europeia



Recursos adicionais:

Exemplos (contribuição modelo)

Barreira (atitudinal): Presumir que solicitar flexibilidade significa falta de empenho.

Solução inclusiva: Promover o trabalho flexível como uma opção padrão para todos e incluí-lo nas políticas organizacionais e na comunicação interna.

Barreira (digital): plataformas internas sem legendas ou formatos acessíveis.

Solução inclusiva: Garantir que as ferramentas digitais sejam, por predefinição, acessíveis (legendas, compatibilidade com leitores de ecrã, layouts claros).

Espaço para notas e ideias:



Módulo 1 - RECURSOS: RUBRICA

Rubrica para a avaliação do Cenário 1: Compreender o ambiente urbano — Implementação do design universal

Critérios	5 - Exemplar	4 - Competente	3 - Satisfatório	2 - A melhorar	1 - Insatisfatório
Avaliar os princípios do Design Universal	Avalia de forma exaustiva e perspicaz todos os princípios do Design Universal, explicando claramente a sua eficácia na promoção da acessibilidade e da inclusão nos espaços urbanos.	Avalia claramente a maioria dos princípios, explicando o seu papel na promoção da acessibilidade e da inclusão, com pequenas omissões.	Apresenta uma avaliação básica dos princípios do Design Universal, com alguma compreensão da sua eficácia.	A avaliação dos princípios é limitada; as explicações são vagas ou incompletas no que diz respeito à acessibilidade e à inclusão.	Não avalia os princípios do Design Universal ou as explicações são imprecisas ou inexistentes.
Analisar Estudos de Caso sobre Design Inclusivo	Analisa em profundidade vários estudos de caso, avaliando eficazmente as aplicações no mundo real e os impactos em populações diversas, com uma forte perspetiva crítica.	Analisa estudos de caso com boa compreensão das aplicações e do impacto, embora alguns detalhes ou populações possam não ter sido suficientemente explorados.	Apresenta uma análise geral dos estudos de caso, abordando as aplicações e os impactos com profundidade e limitada.	Apresenta uma análise mínima ou superficial, com pouca ligação às aplicações no mundo real ou aos impactos nas populações.	Não analisa os estudos de caso ou a análise é irrelevante ou incorreta.
Aplicar estratégias de Design	Propõe, de forma criativa e eficaz, soluções	Propõe soluções práticas utilizando	Sugere algumas estratégias para aplicar	As propostas são vagas, impraticáveis ou apenas	Não apresenta soluções nem propostas que reflitam os



Universal a ambientes urbanos	detalhadas e viáveis que integram conceitos de Design Universal, garantindo um acesso equitativo a todos os utilizadores urbanos.	conceitos de Design Universal que, na sua maioria, garantem um acesso equitativo, com algumas lacunas menores.	o Design Universal, mas as soluções podem carecer de pormenores ou de viabilidade total.	parcialmente alinhadas com os conceitos de Design Universal.	princípios do Design Universal.
Avaliar criticamente os desafios de acessibilidade	Identifica múltiplas barreiras significativas em ambientes urbanos e apresenta recomendações bem fundamentadas e inovadoras para melhorias com base no Design Universal.	Identifica as principais barreiras e apresenta recomendações sólidas para melhorias, utilizando os princípios do Design Universal.	Reconhece alguns desafios de acessibilidade e sugere melhorias básicas, mas carece de profundidade e ou de uma avaliação crítica.	Identifica algumas barreiras, com recomendações limitadas ou pouco claras para melhorias.	Não identifica barreiras ou as recomendações estão ausentes ou são irrelevantes.



Cofinanciado pela
União Europeia



Módulo 1 - RECURSOS: GLOSSÁRIO

Acessibilidade: A conceção de produtos, dispositivos, serviços ou ambientes de forma a que possam ser utilizados por pessoas com uma vasta gama de capacidades e deficiências.

Tecnologia de apoio: Ferramentas ou dispositivos que ajudam as pessoas com deficiência a realizar funções que, de outra forma, poderiam ser difíceis ou impossíveis (por exemplo, leitores de ecrã, aparelhos auditivos, dispositivos de mobilidade).

Braille: Um sistema de escrita tátil utilizado por pessoas com deficiência visual. Consiste em pontos em relevo dispostos em células.

Envolvimento comunitário: O processo de trabalhar em colaboração com os membros da comunidade para abordar questões que afetam o seu bem-estar e o ambiente.

Especialista em inclusão e acessibilidade: Uma pessoa que apoia e promove os direitos e a inclusão das pessoas com deficiência na sociedade.

Design inclusivo: Uma abordagem de design que tem em conta toda a diversidade humana, incluindo capacidades, língua, cultura, género e idade, ao longo de todo o processo de design.

Espaço intergeracional: Espaços urbanos ou comunitários concebidos para serem acolhedores e funcionais para pessoas de todas as idades, incentivando a interação entre gerações.



Cofinanciado pela
União Europeia



Zona de silêncio/sensorial: Áreas designadas em espaços públicos que reduzem os estímulos sensoriais (por exemplo, ruído, luz, aglomerações) para acomodar indivíduos com sensibilidades sensoriais, tais como as pessoas com autismo.

Modelo Social da Deficiência: Um quadro conceptual que encara a deficiência como resultado de barreiras sociais e ambientais, em vez de uma limitação individual.

Transportes sustentáveis: Sistemas de transporte que são amigos do ambiente, economicamente viáveis e socialmente inclusivos, promovendo a acessibilidade e reduzindo as emissões.

Pavimentação Tátil: Indicadores texturados na superfície do solo utilizados para ajudar os peões com deficiência visual a orientarem-se com segurança nos espaços públicos.

Design Universal (DU): Uma filosofia de design que visa tornar os ambientes acessíveis a todos, na medida do possível, sem a necessidade de adaptações ou de um design especializado.

Planeamento urbano: O processo técnico e político de conceber e regulamentar a utilização dos espaços nas cidades, incluindo infraestruturas, transportes e espaços públicos.

Design centrado no utilizador: Um processo de design que dá prioridade às necessidades, preferências e limitações dos utilizadores finais em todas as fases do desenvolvimento.

Espaços Adequados aos Jovens: Ambientes urbanos que são seguros, acessíveis e inclusivos para os jovens, apoiando o seu desenvolvimento, participação e bem-estar.