

COBLAGES

Intergeneracionalidade no Ensino Superior: Uma Abordagem de
Aprendizagem Comunitária

Orientações e Templates para Facilitadores



Co-funded by
the European Union



2023-1-PT01-KA220-HED-000165596

Projeto

CoblAges - Usando a aprendizagem baseada na comunidade para preparar estudantes do ensino superior para um mundo em envelhecimento

Financiamento

União Europeia – Programa Erasmus+

Parceiros

**Instituto Politécnico De Viseu Ancara Bilim
Üniversitesi Aproximar Associação Europeia
para a Inovação Social Universidade de Vigo
Universidade Ocidental de Timișoara**

Autores

Jéssica Carvalho Joana Portugal
Design by Aproximar

Data de publicação
2025

Este documento faz parte da Metodologia CoblAges. Contém uma série de templates prontas para serem impressas e usadas pelos facilitadores. Para um uso adequado, deve ser utilizado em conformidade com a descrição do roteiro das sessões. Para mais informações, leia a “Metodologia para o uso da Aprendizagem com bae na Comunidade como ferramenta para a Cidadania Intergeracional na preparação de estudantes do ensino superior para um mundo em envelhecimento”.

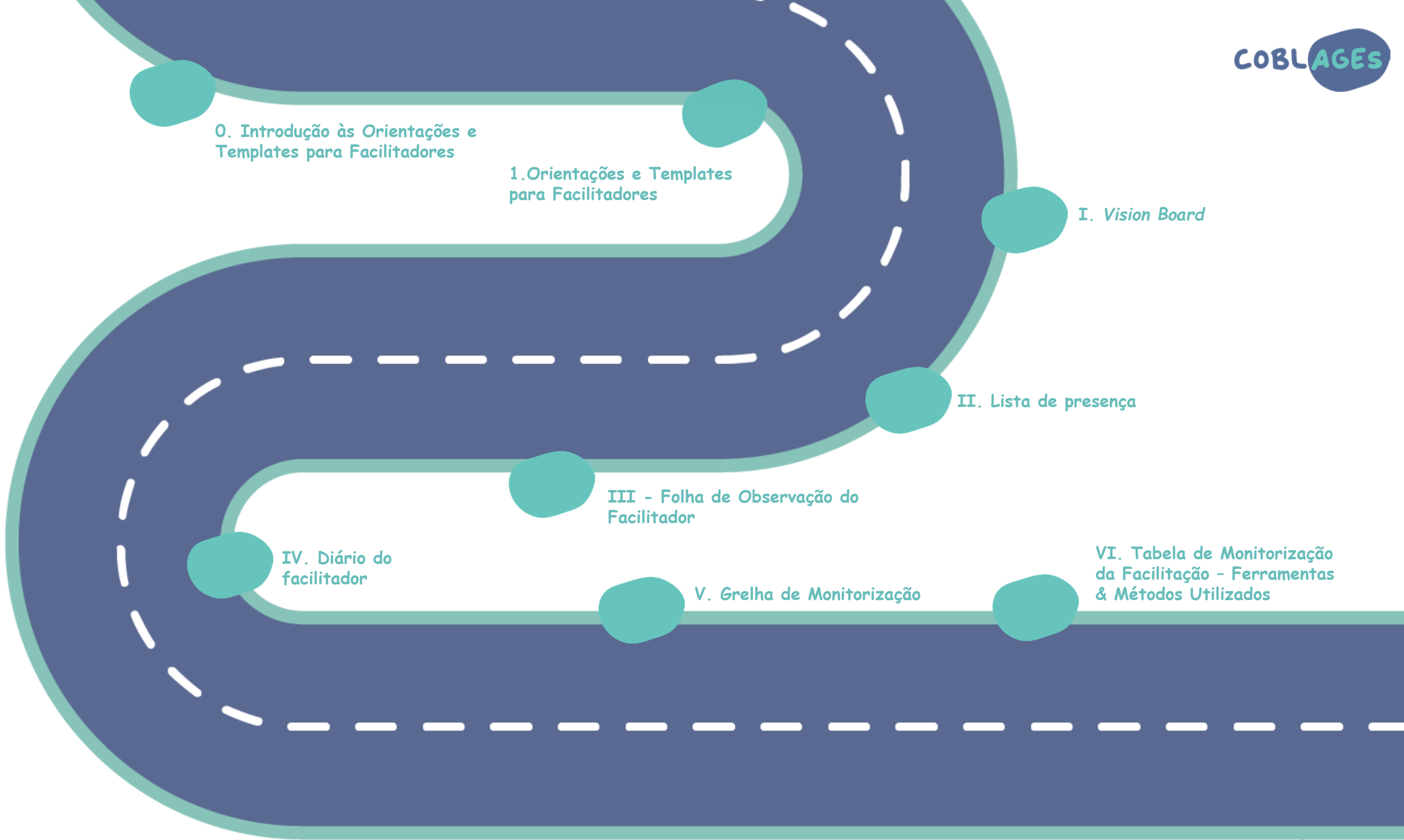
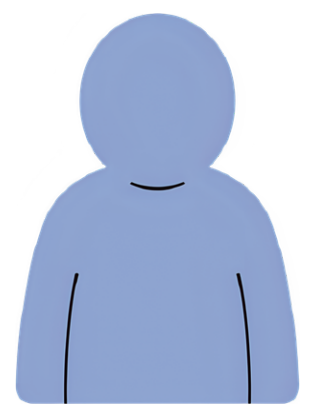


**Co-funded by
the European Union**



© 2025 Instituto Politecnico De Viseu et al. under [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)
Agreement number: 2023-1-PT01-KA220-HED-000165596





0. Introdução às Orientações e Templates para Facilitadores

1. Orientações e Templates para Facilitadores

I. Vision Board

II. Lista de presença

III - Folha de Observação do Facilitador

IV. Diário do facilitador

V. Grelha de Monitorização

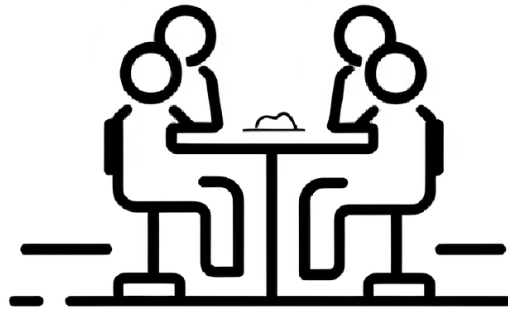
VI. Tabela de Monitorização da Facilitação - Ferramentas & Métodos Utilizados

O. Introdução ao Guia e Templates para Facilitadores

O que são estas Orientações e Templates para Facilitadores?

Ajudar os facilitadores a colocar em prática os workshops de cidadania intergeracional propostos na metodologia CoblAges, com orientações e templates que apoiam antes, durante e depois de cada sessão.

A - Papel do Facilitador



O que deve fazer o facilitador?

- Criar um ambiente seguro e acolhedor para todas as idades.
- Monitorizar a energia e o envolvimento do grupo ao longo das sessões.
- Fazer os ajustes necessários para garantir a participação equitativa.
- Gerir o tempo e os materiais de cada sessão.
- Documentar cada reunião para fins de monitorização e avaliação.

B- Apoio ao Uso da Metodologia CoblAges

Este documento é um dos três recursos principais usados na implementação dos workshops de cidadania intergeracional. Cada documento desempenha um papel específico:

- **Manual Metodológico**

Explains the theoretical foundation, learning objectives, structure, and logic of the intergenerational workshops.

- **Ferramentas (Guia para implementação)**

Fornece as ferramentas interativas que os participantes (jovens e adultos mais velhos) utilizarão para desenhar soluções colaborativamente para desafios cívicos ou comunitários reais.

- **Orientações e Templates para Facilitadores (este documento)**

Oferece apoio prático ao facilitador, incluindo ferramentas para monitorizar a participação, observar a dinâmica de grupo, documentar cada sessão e adaptar a metodologia para melhor atender às necessidades do grupo.

Este documento foca-se no que o facilitador precisa observar, acompanhar e ajustar — antes, durante e depois de cada sessão — para garantir o sucesso dos workshops a nível humano, educativo e cívico.

1. Orientações e Templates para Facilitadores

- Este documento contém orientações, incluindo um conjunto de templates, para apoiar a implementação ativa e a facilitação de workshops de cidadania intergeracional.
- Estes workshops reúnem estudantes do ensino superior de cursos multidisciplinares e adultos mais velhos de comunidades rurais.
- O documento destina-se a ser usado em conjunto com a Metodologia (*Metodologia para o uso da Aprendizagem com base na Comunidade como ferramenta para a Cidadania Intergeracional na preparação de estudantes do ensino superior para um mundo em envelhecimento*) e Ferramentas (*Guia para a implementação de sessões intergeracionais*) do WP2, devendo ser lido em conexão com este documento (*Orientações e Templates para Facilitadores*).



Nota: Template para formato A3 ou maior

Sessão nº1 Desafios emergentes

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramenta a Utilizar:** 1.A nossa equipa
 - Materiais necessários:** Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor.
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Formação de Grupos & Definição do Desafio**
- Estabelecer grupos de trabalho, atribuir áreas temáticas e identificar um desafio comunitário a abordar.

1. A nossa equipa

Como grupo, apresentem-se e escolham o nome da vossa equipa. Definam o problema em que vão trabalhar durante as sessões, usando uma "Chave de Ideias".

Equipa:

Nome da equipa:

Que desafios identificam na comunidade?

Sessão nº2 Narrativas Pessoais

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramenta a Utilizar:** 2.Narrativas Pessoais
 - Materiais necessários:** Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its.
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Partilha de Histórias de Vida para Compreensão Mútua**
- Facilitar a partilha de histórias de vida entre adultos mais velhos e estudantes, centrando-se no problema identificado e nas memórias que este evoca, de forma a promover empatia, respeito e relações recíprocas significativas.

2. Narrativas Pessoais

Nesta ferramenta, vamos colaborar-me melhor. Primeiro, escolham uma história/experiência da primeira vez que enfrentaram algum dos desafios que discutiram anteriormente.

1.	2.
3.	4.

Conclusão:

Sessão nº3 Foto-elicitação

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramenta a Utilizar:** 3. Galeria
 - Materiais necessários:** Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, imagens solicitadas na sessão anterior (com base no tema do grupo) e cartas ilustradas (por exemplo, cartas ao estilo Dixit).
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Aprofundar a Compreensão através da Reflexão Visual**
- Construir uma compreensão partilhada e mais profunda do desafio identificado, interpretando e discutindo imagens ou ilustrações que evocam memórias pessoais, emoções e perspetivas relacionadas com a questão comunitária.

3. Galeria

É apresentada à equipa várias fotos, provenientes de revistas ou postais/cartões aleatórios. Cada membro da equipa escolhe uma com a qual se identifica ou que mais gosta e explica a sua escolha aos outros membros.

Coloque as fotos que escolheu nos espaços abaixo.

Escolha uma foto porque:

Escolha uma foto porque:

Escolha uma foto porque:

Sessão nº4 Brainstorming e mapa conceptual

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramentas a Utilizar:** 4.1.Chuva de Ideias
 - Ferramentas a Utilizar:** 4.2. Vamos aprofundar
 - Ferramentas a Utilizar:** 4.3. Mapa Conceptual
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Co-Criação: Brainstorming, Mapas Conceptuais & Definição de Soluções**
- Gerar, organizar e priorizar ideias de forma colaborativa, definindo a solução mais viável e impactante a implementar para o desafio identificado

4.1. Chuva de ideias

As ideias são ideias simples, sempre várias ideias para o problema. Escolha uma ideia para desenvolver e escreva-a aqui.

4.2. Vamos aprofundar

Que ideia se sente mais interessante, qual é a solução mais viável para implementar?

4.3. Mapa conceptual

Os mapas conceptuais ajudam a organizar e a analisar ideias. Os mapas são úteis e ajudam a identificar áreas onde há um bom potencial para desenvolver a solução.

Sessão nº5 Plano de Ação

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramentas a Utilizar:** 5. Próximos Passos
 - Materiais necessários:** Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its.
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Planeamento da Ação & Implementação da Solução**
- Elaborar um plano de ação concreto com passos, responsabilidades, recursos e prazos definidos, e avançar com a implementação da solução acordada.

5. Próximos Passos

Mãos à obra. Nesta ferramenta, em equipa, vão definir o plano de ação para a vossa solução para o problema identificado e, se possível, necessários para implementar a solução.

Objetivos	Grupo-alvo
Atividades	
Local	Duração

Parcerias:

Sessão nº6 Divulgação

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos**
 - II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos**
 - Ferramentas a Utilizar:** 6. Divulgação
 - Materiais necessários:** Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its, ferramentas de criação de conteúdo digital (por exemplo, Canva), telemóvel, computador (o uso de ferramentas digitais é opcional).
 - III - Despedidas - 15 minutos**
- Objetivo - Estratégia de Comunicação & Preparação da Apresentação**
- Finalizar o plano de ação e co-criar uma estratégia de comunicação para apresentar o projeto à comunidade ou às partes interessadas.

6. Divulgação

Para que o desafio se resolva precisa-se de uma solução, para isso é preciso divulgar o projeto. Nesta ferramenta vamos preparar o plano de divulgação e o tipo de comunicação.

Título da solução proposta:

Descrição da proposta:

1 - Ferramenta de comunicação (como)

2 - Tipo de conteúdo (o quê)

3 - Estratégia (para quem)

Sessão nº1

Desafios emergentes

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos
- II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos
 - Ferramenta a Utilizar: 1. A nossa equipa
 - Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor.
- III - Despedidas - 15 minutos
- Objetivo - Formação de Grupos & Definição do Desafio
 - Estabelecer grupos de trabalho, atribuir áreas temáticas e identificar um desafio comunitário a abordar.

1. Our crew

As a group, introduce yourselves and choose Your Crew name. Define the problem you're going to work on during the sessions, using the "Rain of Ideas".

Our crew:

Our crew's name:

What challenges do you identify in the community?

Sessão nº2

Narrativas Pessoais

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos
- II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos
 - Ferramenta a Utilizar: 2. Narrativas Pessoais
 - Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its.
- III - Despedidas - 15 minutos
- Objetivo - Partilha de Histórias de Vida para Compreensão Mútua
 - Facilitar a partilha de histórias de vida entre adultos mais velhos e estudantes, centrando-se no problema identificado e nas memórias que este evoca, de forma a promover empatia, respeito e relações recíprocas significativas.

2. Personal narratives

In this tool, let's get to know each other better. Stop and think, choose a story/testimony from the first time you faced some of challenges we discussed before.

Date: _____ Storytelling: _____	Date: _____ Storytelling: _____
Date: _____ Storytelling: _____	Date: _____ Storytelling: _____

Conclusion:

Sessão nº3

Foto-elicitação

- I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos
- II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos
 - Ferramenta a Utilizar: 3. Galeria
 - Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, imagens solicitadas na sessão anterior (com base no tema do grupo) e cartas ilustradas (por exemplo, cartas ao estilo Dixit).
- III - Despedidas - 15 minutos
- Objetivo - Aprofundar a Compreensão através da Reflexão Visual
 - Construir uma compreensão partilhada e mais profunda do desafio identificado, interpretando e discutindo imagens ou ilustrações que evoquem memórias pessoais, emoções e perspetivas relacionadas com a questão comunitária.

3. Gallery Wall

The crew is presented with various photos, from journal magazines or random postcards. Each crew member chooses one they identify with/like most and explain his/her choice to the other members.

Place your chosen pictures in the spaces here.

Why did I choose this picture? _____

Why did I choose this picture? _____

Why did I choose this picture? _____

Sessão nº4

Brainstorming e mapa conceptual

I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos

II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos

Ferramentas a Utilizar: 4.1. Chuva de Ideias

Ferramentas a Utilizar: 4.2. Vamos aprofundar

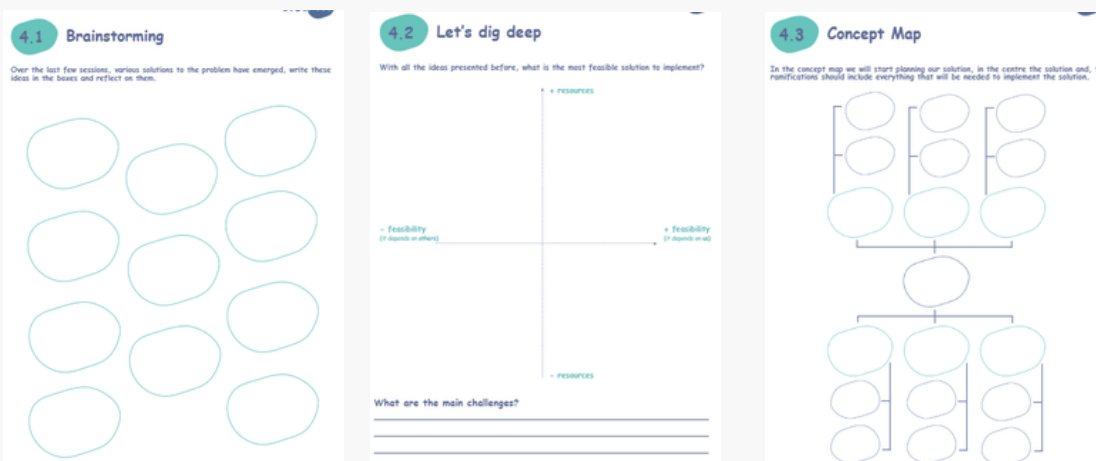
Ferramentas a Utilizar: 4.3. Mapa Conceptual

Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its.

III - Despedidas - 15 minutos

Objetivo - Co-Criação: Brainstorming, Mapas Conceituais & Definição de Soluções

- Gerar, organizar e priorizar ideias de forma colaborativa, definindo a solução mais viável e impactante a implementar para o desafio identificado



Sessão nº5

Plano de Ação

I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos

II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos

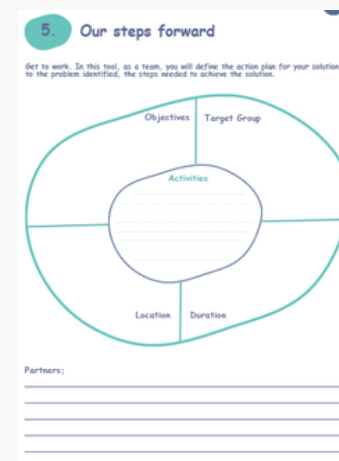
Ferramentas a Utilizar: 5. Próximos Passos

Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its.

III - Despedidas - 15 minutos

Objetivo - Planeamento da Ação & Implementação da Solução

- Elaborar um plano de ação concreto com passos, responsabilidades, recursos e prazos definidos, e avançar com a implementação da solução acordada.



Sessão nº6

Divulgação

I - Introdução e Recapitulação - 15 minutos

II - Atividade Principal - 60 a 90 minutos

Ferramentas a Utilizar: 6. Divulgação

Materiais necessários: Uma cópia por grupo, canetas ou lápis de cor, post-its, ferramentas de criação de conteúdo digital (por exemplo, Canva), telemóvel, computador (o uso de ferramentas digitais é opcional).

III - Despedidas - 15 minutos

Objetivo - Estratégia de Comunicação & Preparação da Apresentação

- Finalizar o plano de ação e co-criar uma estratégia de comunicação para apresentar o projeto à comunidade ou às partes interessadas.



II. Lista de presença

Data:

Sessão nº:

Local:

Facilitador:

Nº

Nome

Assinatura

III - Folha de Observação do Facilitador

Data: _____

Sessão n°: _____

Local: _____

Facilitador: _____

Grupo n° Nomes: _____

- **Participação ativa:** Pouca / Alguma / Todos
- **Equilíbrio entre gerações:** Sim / Não
- **Inclusão de várias vozes:** Sim / Parcialmente / Não - Justificativa: _____
- **Dinâmica de grupo:** Aberta / Tensa / Dominada por alguns/ Outra
- **Interação intergeracional:** Natural / Forçada / Ausente / Exemplar
- **Escuta ativa no grupo:** Sim / Não
- **Uso de linguagem acessível:** Sim / Parcialmente / Não
- **Presença de conflito:** Sim / Não
- **Resolução de conflitos:** _____
- _____
- **Atmosfera geral da sessão:** Acolhedora / Neutra / Tensa
- **Ações de acompanhamento** (ações a serem implementadas, participantes que precisam de apoio, material a ser adaptado): _____

Grupo n° Nomes: _____

- **Participação ativa:** Pouca / Alguma / Todos
- **Equilíbrio entre gerações:** Sim / Não
- **Inclusão de várias vozes:** Sim / Parcialmente / Não - Justificativa: _____
- **Dinâmica de grupo:** Aberta / Tensa / Dominada por alguns/ Outra
- **Interação intergeracional:** Natural / Forçada / Ausente / Exemplar
- **Escuta ativa no grupo:** Sim / Não
- **Uso de linguagem acessível:** Sim / Parcialmente / Não
- **Presença de conflito:** Sim / Não
- **Resolução de conflitos:** _____
- _____
- **Atmosfera geral da sessão:** Acolhedora / Neutra / Tensa
- **Ações de acompanhamento** (ações a serem implementadas, participantes que precisam de apoio, material a ser adaptado): _____

Grupo n° Nomes: _____

- **Participação ativa:** Pouca / Alguma / Todos
- **Equilíbrio entre gerações:** Sim / Não
- **Inclusão de várias vozes:** Sim / Parcialmente / Não - Justificativa: _____
- **Dinâmica de grupo:** Aberta / Tensa / Dominada por alguns/ Outra
- **Interação intergeracional:** Natural / Forçada / Ausente / Exemplar
- **Escuta ativa no grupo:** Sim / Não
- **Uso de linguagem acessível:** Sim / Parcialmente / Não
- **Presença de conflito:** Sim / Não
- **Resolução de conflitos:** _____
- _____
- **Atmosfera geral da sessão:** Acolhedora / Neutra / Tensa
- **Ações de acompanhamento** (ações a serem implementadas, participantes que precisam de apoio, material a ser adaptado): _____

IV. Diário do facilitador

 Data: _____

 Sessão nº: _____

 Local: _____

 Facilitador: _____



Resumo do workshop



Pontos Positivos



Sugestões e melhorias



Desafios e dificuldades

Próximos passos



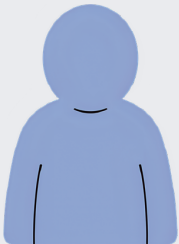
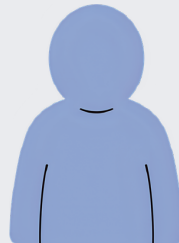
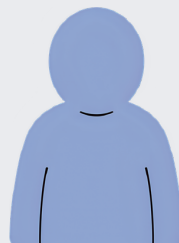
V. Grelha de Monitorização

Data: _____

Sessão n.º: _____

Local: _____

Facilitador: _____

Grupo	Participação	Perguntas/Problemas	Progresso em relação ao objetivo da sessão	Progresso em relação ao objetivo final dos workshops	Notas
					
					
					

VI. Tabela de Monitorização da Facilitação - Ferramentas & Métodos Utilizados

Facilitador: _____

Sessão	Ferramenta/ Método Planejado	Foi usada?	Motivo se não foi utilizada	Observações / Notas
1	Ferramenta a Utilizar: 1. A nossa equipa			
2	Ferramenta a Utilizar: 2. Narrativas Pessoais			
3	Ferramenta a Utilizar: 3. Galeria			
4	Ferramentas a Utilizar: 4.1. Chuva de Ideias Ferramentas a Utilizar: 4.2. Vamos aprofundar Ferramentas a Utilizar: 4.3. Mapa Conceptual			
5	Ferramentas a Utilizar: 5. Próximos Passos			
6	Ferramentas a Utilizar: 6. Divulgação			

COBL AGES



Co-funded by
the European Union



2023-1-PT01-KA220-HED-000165596

© 2025 [Instituto Politecnico De Viseu et al.](#) under [CC BY-NC-SA 4.0](#)



Cofinanciado pela União Europeia. As opiniões e pontos de vista expressos são, no entanto, da responsabilidade exclusiva do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Comissão Europeia. Nem a União Europeia nem a Comissão Europeia podem ser responsabilizadas por eles.