

Co-financiado pela União Europeia
O Mecanismo Interligar a Europa



Um produto de: **TACTICAL TECH**
#datadetox
Diz-nos o que pensas! Nós queremos conhecer o feedback de crianças, jovens, educadores e pais. Visita datadetoxkit.org/en/families e descobre mais.

Em parceria com:



Funded by the European Union

DATA DETOX X YOUTH

Este Data Detox Kit pertence a:

Desenha a tua Selfie:

Segue este **Kit** e encontra formas de proteger os teus dados.

O que vais precisar:
Uma impressora, um smartphone ou tablet e algo onde possas escrever.

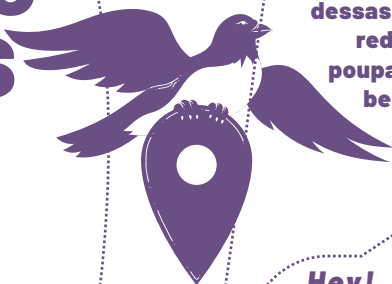
É permitida a reprodução, citação ou a referência a este documento com fins informativos e não comerciais, desde que expressamente citada a fonte.

Esta publicação foi desenvolvida pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima e constitui uma adaptação do Data Detox Youth, um produto de Tactical Tech.

Esta publicação reflete apenas os pontos de vista dos seus autores, não podendo a Tactical Tech ser responsabilizada por qualquer utilização que possa ser feita da informação contida na mesma.

Data Detox Kit é o guia para explorares o mundo dos teus dados online. Porque é que toda a gente está a falar deste guia? Qual o seu aspeto? Como é que funciona?

ASSUME O CONTROLO DOS TEUS DADOS



...eles estão a fugir

Não parece ser muito importante as empresas recolherem os teus dados. Quem é que se importa se tu és fã do *Baby Yoda* ou se vês mais vídeos de gatos do que de pessoas?

O problema reside na utilização que é feita dos teus dados. **Ao longo do tempo, o teu "eu online" ganha personalidade própria, tendo os seus hábitos, gostos, as suas antipatias e segredos.** Podes perder o controlo da situação e o teu "eu online" poderá ir parar a mãos alheias – empresas que fazem dinheiro com os teus dados, por exemplo.

Vamos Começar a Explorar!

Um produto de:

1

REORGANIZA AS TUAS APPS

As aplicações ocupam gigabytes preciosos de espaço, bem como gastam a tua bateria, ao mesmo tempo estão a recolher os teus dados – Mesmo quando não as estás a utilizar. Apagar algumas dessas aplicações é uma forma rápida de reduzires a tua "Pegada Digital" e poupares a bateria do teu smartphone bem como libertares espaço. **Só vantagens não achas!**

Experimenta esta atividade para verificares se és um acumulador de APP's:

Hey!

Se não tens um Smartphone junta-te a alguém que tenha um.

Em Primeiro lugar, tenta adivinhar quantas aplicações tens instaladas no teu Smartphone (Não espreites!)

APP NO:

Agora faz a contagem de quantas APP's realmente tens:

APP NO:

Pergunta a ti mesmo, de todas essas aplicações, quantas é que realmente precisas. De seguida apaga as que não passam neste teste. Como podes fazê-lo:

Dica Importante!

Se estás na dúvida relativamente a apagar uma aplicação ou não, verifica se podes aceder à mesma através do navegador da Internet?

Android: Definições → Apps → Selecciona a aplicação que pretendes desinstalar → Desinstala

iPhone: Pressiona com o dedo em cima da aplicação que pretendes apagar e carrega em "Apagar a Aplicação"

2

SERÁ QUE O TEU SMARTPHONE SABE POR ONDE ANDAS?

Existe um tipo de informação que é muito valiosa para quem faz a recolha dos teus dados – a tua localização! **A tua geolocalização pode revelar muito acerca de ti: desde algo tão simples como a tua idade, até algo mais íntimo como quem é o/a teu/tua melhor amigo/a.** Algumas aplicações poderão estar constantemente a monitorizar todos os teus passos, sem que tenhas conhecimento. Assim, podes revelar mais informação sobre ti do que a que pretendes.

Vamos analisar as aplicações que tu mais utilizas.

Escreve as três aplicações que mais utilizas:

APP 1:

APP 2:

APP 3:

Para cada uma destas aplicações coloca a ti mesmo a seguinte questão, para melhor funcionar esta aplicação necessita de ter acesso à minha localização?

Esta app precisa de ter acesso à minha localização:

Nunca
Às vezes
Sempre

Hey!

Algumas aplicações para funcionarem corretamente vão necessitar de ter acesso aos teus dados de localização, como um mapa ou uma aplicação de meteorologia.

Now check your app settings to adjust the location permissions for apps that don't need your location data to function:

Android: Definições → Apps → Verificar as definições de localização por aplicação

iPhone: Definições → Privacidade → Serviços de localização → Verificar as definições de localização por aplicação

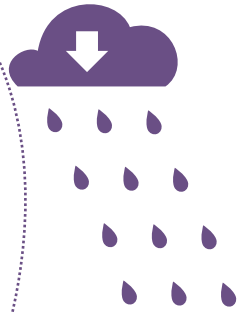
Bónus :)

Vira a página para mais!

As tuas aplicações já não têm acesso livre à tua localização, porque acabaste de o restringir! Agora que deste este passo podes tentar limitar o acesso à tua geolocalização em outras aplicações como os Contactos, Câmara e Microfone.

QUEM É QUE O GOOGLE PENSA QUE ÉS?

É importante que saibas que ao utilizar produtos de forma gratuita, como alguns serviços da Google, estás constantemente a fornecer os teus dados. Desta forma, empresas como a Google podem utilizar essa informação de forma a criar o teu perfil *online*, o que ajuda as agências publicitárias a perceber os teus gostos. No entanto, muitas vezes, este perfil *online* não é o que achavas ser.



Vamos ver então qual é o perfil *online* que estas empresas criaram baseando-se na tua atividade digital. Primeiro seleciona todos os produtos da Google que utilizas:

Motor de busca	Classroom
Gmail	Drive
YouTube	Hangout
Maps	Family link

Vai a myactivity.google.com → Autenticação → Outra atividade Google → Definições de anúncios → Controlar as definições de anúncios →

Agora explora o perfil que a Google criou acerca de ti:

Ver a personalização que foi feita de acordo com as tuas preferências (Se a opção de "personalização de anúncios estiver desativada, ativa-a apenas para esta atividade)

Bónus :)

Em myaccount.google.com/activitycontrols, podes desligar a monitorização da tua atividade online, histórico de localizações e histórico de Youtube.

Estavas à espera de ver este teu "eu digital"? Se calhar enganaram-se na tua idade ou verificas-te informação que dizia que gostavas de fazer bolos quando nunca fizeste nenhum na vida? Se não queres que seja criado este perfil *online* de acordo com as tuas preferências, podes sempre desligar esta opção.

QUANDO PARTILHAS MAIS DO QUE AQUILO QUE DEVIAS

Todos nós sabemos que as redes sociais, são uma forma muito importante de nos conectarmos com os nossos amigos. No entanto, também é o local onde tendemos a revelar mais do que devíamos acerca de nós a estranhos, entre os quais estão, muitas vezes, as empresas que são donas destas plataformas.

Queres garantir que estás apenas a partilhar conteúdo apenas com os/as teus/as amigos/as e seguidores/as, e com mais ninguém? Escolhe uma das seguintes aplicações e vê quão longe podes chegar:

Hey!

Sempre que te registares em novas aplicações, nunca o faças através do registo através das tuas redes sociais, pois permite que haja maior partilha dos teus dados entre as empresas. Ao efetuares o registo, utiliza antes o teu email.

Bónus :)

Usas plataformas de *Gaming* como o Fortnite ou o Minecraft? Tenta reforçar as tuas definições de privacidade nessas plataformas também.

Instagram

Perfil → Definições: Conta → Sincronização de Contactos → Desliga a opção de sincronizar Conta → Associação entre contas → Retira a associação entre contas

Snapchat

Perfil → Definições: Serviços Adicionais → Controlo → Preferências de Publicidade → Desativa todas as preferências de Publicidade Serviços Adicionais → Estilo de Vida & Interesses → Desativa a opção de Estilo de Vida & Interesses Serviços Adicionais → Mapas → Turn off Maps usage data

A Minha Privacidade Digital

Parabéns! Acabaste de conseguir desintoxicar a tua privacidade digital. Agora relaxa e vê o que conseguiste atingir através destes diferentes passos:

- Percorreste as tuas aplicações, e livraste-te dos seus localizadores.
- Limpaste os teus dados de Geolocalização.
- Olhaste para ti através dos olhos da Google.
- Ganhaste o controlo daquilo que partilhas nas tuas redes sociais.

Mesmo que tenhas feito apenas uma destas coisas já fizeste progressos no que a tua privacidade *online* diz respeito. Viver num mundo os dados e a informação são dominantes, requer a sua prática, com o tempo vais conseguir salvaguardar a tua informação sem esforço.

Espalha a Palavra! Encoraja os teus familiares e amigos/as a desintoxicarem os seus dados também!



DE
SEGUIDA:
SEGURANÇA
DIGITAL

REFORÇA A TUA CIBER-SEGURANÇA

... Com palavras-passe fortes

Se a internet fosse apenas um lugar para partilhar fotos de cães usando mascarados de dinossauros,, não haveria muita necessidade de segurança. No entanto a internet é um local onde passas muito do teu tempo, por isso deves tornar as tuas contas **seguras**.

Aqui está uma forma de verificares se as tuas contas são seguras: Estás a utilizar o nome do teu animal de estimação como palavra-passe? Hoje em dia não existem desculpas para teres uma palavra-passe fraca. À medida que os Hackers melhoram os seus ataques informáticos para terem acesso aos teus dados pessoais, deves acompanhar essa tendência e garantir que eles não acedem às tuas contas.

Ao acompanhares este *Data Detox*, **vais aprender a melhor maneira de criares senhas fortes e seguras, que as mantêm protegidas de estranhos.**

Vamos começar!

Um produto de:

1

COMO FICAR AMIGO DE UM HACKER

Existe uma forma muito fácil de fazeres amizade com um *hacker* - criares palavras-passe fáceis de decodificar, para que se sintam bem-vindos.

Tenta adivinhar as 6 passwords mais utilizadas, usando as seguintes pistas (as respostas estão em Inglês):

1 Conta até seis (em números)

2 Vais precisar dela para desbloquear a tua conta

3 As primeiras teclas de um teclado soletram esta palavra de seis letras

4 Vou ao ... procurar a resposta (motor de busca mais popular)

5 Um animal que balança das árvores e come bananas

6 Convida um Hacker e faz com que se sintam ...

Foi fácil descobrires as respostas não foi? Se foi fácil para ti, também é muito fácil para outras pessoas descobrirem estas palavras-passe.

É muito comum escolhermos palavras-passe que sejam fáceis de lembrar e relacionadas com algo pessoal. Desta forma alguém que tente invadir a tua conta pode fazê-lo facilmente apenas com alguns palpites ou executando programas que permitam decodificar as palavras-passe menos complexas.

Bónus :)

Podes facilmente verificar se a tua conta esteve envolvida numa violação de dados, através do site haveibeenpwned.com. Se vires que a tua conta foi alvo de um ataque informático, é uma boa altura para alterares as tuas palavras-passe por outras mais seguras

2

ADEUS '123456'

Criar uma palavra-passe (*password*) forte é fácil. Tudo o que tens a fazer é seguir alguns princípios básicos.

A tua *password* deve ser:

Extensa - as palavras-passe devem ter no mínimo 8 caracteres. Ainda melhor? 16-20 Melhor ainda?

Únicas - cada password que utilizas - para cada website - deve ser diferente.

Aleatórias - a tua password não deve seguir um padrão lógico ou ser fácil de adivinhar.

Segura - oloca as tuas passwords num local seguro; não as escrevas num local onde qualquer pessoa as encontre.

Privadas - não partilhes as tuas palavras-passe com ninguém, a não ser que seja alguém que ajude a gerir as tuas contas na internet (ex. país).

Se te parece difícil criares uma *password* forte, ainda mais difícil deve ser guardar essas palavras-passe, não achas? Um gestor de palavras-passe como as aplicações **1Password** ou **KeePassXC**, geram as *passwords* por ti de forma aleatória e guardam todas as tuas *passwords* em segurança. Só precisas de te lembrar de uma palavra-passe mestre para desbloquear as restantes - o teu trabalho fica mais facilitado!

Segue para o próximo passo para explorares outra forma de criar uma palavra-passe.

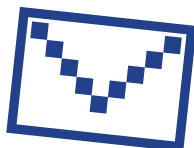
Sabias que?

Um computador levará em média cerca de 7.5 milhões de anos a decodificar uma **password** de 12 caracteres comparado com uma *password* de 8 caracteres, que em média, será decodificada em 2.6 dias.

3

PrEGuiças S@ltam de forma selvagem! NO Sup3rMercado

Porque é que de repente estamos a falar de preguiças? O tema deste capítulo são as palavras passe em forma de frase (*passphrase*) – Uma cadeia aleatória de palavras tão estranhas que na verdade se tornam mais fáceis de lembrar do que uma senha, mas muito mais difícil de adivinhar por um intruso.



Tenta agora criar a tua própria palavra-passe em forma de frase. Escreve 5 palavras de forma a criares uma frase estranha como a que está no título deste capítulo:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Agora de forma aleatória, coloca algumas das letras em MAIÚSCULO, acrescenta alguma pontuação (!?) e números e reescreve a frase abaixo:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Parabéns, acabaste de criar a tua passphrase!

Para a maioria dos humanos é muito difícil decorar combinações aleatórias de letras e números (passwords), mas torna-se mais fácil memorizar frases e palavras (*passphrases*).

Nota!

Lembra-te que não debes guardar as tuas palavras-passe onde alguém as consiga encontrar. Isso significa que não podes usar a frase do exercício, mas agora sabes como criar uma e como guardá-la num lugar seguro, ou num lugar onde possas facilmente apagar os vestígios.

4

DÁ DUAS VOLTAS À FECHADURA DA TUA PORTA DIGITAL

Se seguiste todos os passos acima, debes ter dificultado a invasão da tua conta por alguém (*hacker*). Mesmo assim, palavras-passe super fortes não são invencíveis.

A autenticação de dois fatores (2FA) ou autenticação de múltiplos fatores (MFA) é basicamente uma camada de segurança extra que impede alguém de entrar na tua conta, mesmo que conheça a tua palavra-passe – pensa nisso como colocar uma segunda fechadura na tua porta. A maioria das aplicações fornece esta camada extra de proteção.

Tenta ativar esta opção, nas tuas aplicações:

Instagram:

Perfil → Definições → Segurança → Autenticação de 2-fatores → Começar

Snapchat:

Definições → Autenticação de 2-Fatores

Google:

Acede a: <https://myaccount.google.com>
Segurança → Autenticação na conta
Google → Verificação de 2-passos

Nota!

A autenticação de 2-fatores permite que utilizes a tua conta de e-mail ou uma senha de uso único como segundo fator de autenticação, em vez de associar um número de telemóvel. Desta forma mesmo que deixes cair o teu telemóvel na sanita, vais conseguir aceder às tuas contas.



A Minha Segurança Digital

Parabéns! Chegaste ao final da sessão - como desintoxicar a tua segurança digital. Agora relaxa, e vê tudo o que conseguiste alcançar:

- Já sei que palavras-passe não devo utilizar.
- Aprendi os 5 princípios para ter uma password forte e segura.
- Criei a minha palavra-passe em forma de frase.
- Consigo ativar a autenticação de 2-fatores em, pelo menos, uma conta.

Agora que já te sabes defender de ataques às tuas contas partilha estes conhecimentos com a tua família e amigos. Os teus familiares e amigos irão agradecer-te pois também eles podem assim “navegar” com maior segurança.

A seguir:
Bem-Estar Digital

COMO SOBREVIVER A UMA SEPARAÇÃO

...com o teu Smartphone

Já deste por ti a olhar para o ecrã do teu *smartphone*, sem perceberes bem como é que isso aconteceu? Ou talvez tenhas ido ver alguma coisa ao telemóvel e de repente, BAM! Passaste uma hora a fazer "scrolling" no INSTAGRAM?

As nossas relações com a tecnologia podem exigir muito de nós, especialmente com todos os buzzes, pings, luzes e alertas que recebemos. Às vezes é difícil lembrarmo-nos do porquê de gostarmos de ter um telemóvel connosco.

À medida que vais seguindo este guia, vais aprender a estabelecer um melhor relacionamento com os teus dispositivos eletrónicos.

Vamos começar!

Um produto de:

1

PENSA NOS BONS TEMPOS

Podemos ter uma relação de amor-ódio com a tecnologia. Ao mesmo tempo que a tecnologia nos permite socializar e comunicar com amigos, também é a tecnologia que nos poderá levar a sentirmo-nos sozinhos, ou como medo de estar a perder alguma coisa (FOMO)..

Quando estás na internet o que é que fazes mais? (jogos online, conversar com amigos, ver televisão?). Escreve na tabela do meio o que fazes mais na internet. Agora, na tabela da esquerda, escreve o que aprecias mais nessa atividade e, na da direita o que gostas menos nessa atividade.

GOSTO	NA INTERNET PASSO MAIS TEMPO A	NÃO GOSTO

Bónus :)

Achas que podes riscar alguma coisa da coluna "Não Gosto" até ao final desta *Data Detox*? Pensa em como podes obter um equilíbrio para que possas tirar o máximo partido da utilização do teu dispositivo.

2

LEMBRA-TE: A CULPA NÃO É TUA

Podes sentir-te como se toda a gente dissesse a ti e aos/às teus/tuas amigos/as para não estares tanto tempo ao telemóvel. Mas alguma vez pensaste que pode não ser culpa tua estares tão dependente do telemóvel? Torna-se intuitivo deslizar, gostar e partilhar. Certas características do *design* das aplicações são muitas vezes os culpados por passarmos tanto tempo *online*.

Tenta combinar as características de *design* à esquerda com as aplicações à direita

... Bolha da escrita - aqueles três pontos que indicam que alguém está a escrever uma mensagem. Oh, o suspense!

A tendência - uma nova dança, meme ou estilo que aparece em todo o teu feed

▶ Reprodução automática - Não é preciso clicares, o próximo vídeo vai surgir em 3, 2, 1...

∞ O toque infinito - conteúdo que continua a surgir

👤 A loot box - prémios de jogos, ou moedas que podem ser resgatados para obtenção de mais bens

♥ O gosto - O polegar para cima ou coração que permitem reconhecimento (gostar de algo)

★ A winning streak - a recompensa pela lealdade; quando se perde tens de recomeçar tudo.

🔄 Puxar para atualizar - aquele lapso de tempo que cria suspense enquanto esperas por carregar mais conteúdo

1. YouTube
2. TikTok
3. Snapchat
4. Fortnite
5. Instagram
6. Netflix
7. Spotify
8. WhatsApp

Nota!

Podes concluir que certas funcionalidades de *design* são encontradas em maisdo que uma aplicação.

Sabias que?

Em média, uma pessoa comum clica, toca e desliza 2.600 vezes por diano seu telemóvel? E tu, quantas vezes o fazes por dia?

Vira a página para mais!

MANTÉM ALGUMA DISTÂNCIA

Se o *design* das aplicações foi feito para te atrair, o que é que podes fazer quanto a isso? O lado positivo é que a maioria das plataformas está a tornar mais fácil vencer estes truques de *design*, seja através de lembretes que te avisam quando estás a passar demasiado tempo *online* – o Instagram já tem essa funcionalidade, mas cada vez mais apps monitorizam o tempo médio que passas no ecrã, basta que faças uma simples alteração nas definições

Aqui estão algumas coisas que podes fazer:

WhatsApp

Definições → Conta → Privacidade → Recibos de Leitura → Desligar

YouTube

Reprodução Automática/ Autoplay → Desligar

Instagram

Perfil → Definições → A tua atividade → Definições de notificações → Desligar todas

TikTok

Perfil → Definições e Privacidade → Bem-Estar Digital → Gestão do tempo de ecrã → Definir o tempo máximo de utilização



Lembra-te que estas definições não têm de ser mudadas para sempre. O truque é ultrapassar a vontade urgente de verificar o telemóvel a cada minuto. Quando as voltares a ligar, podes perceber como eram irritantes e talvez voltes a desligá-las.

Bónus :)

Consegues pensar em mais estratégias para diminuir o tempo de utilização?

DÁ-LHE UMA NOVA OPORTUNIDADE

Se queres que a tua relação com o teu telemóvel/ tablet funcione, tem de ser nos teus termos. Volta ao primeiro exercício e vê os pontos positivos que indicaste acerca da utilização das tecnologias. Pode ser muito bom, certo? O truque está em desfrutares do tempo que passas *online*.

Escolhe as tuas próprias estratégias. Aqui tens algumas que podem ajudar:

Coloca o teu *smartphone* virado para baixo, ou ainda melhor, coloca-o onde não o consigas ver.

Coloca o *smartphone* temporariamente em silêncio ou desliga as notificações.

Se as pessoas ficarem chateadas por estares ao telemóvel, explica-lhes o que estás a fazer (lembra-te que para quem vê, parece que estás apenas a olhar para um ecrã)

Sentes-te tentado a pegar no teu *smartphone*? Pergunta a ti próprio porquê.

Verifica as tuas estatísticas de tempo de utilização – desafia-te a ti e aos/as teus/tuas amigos/as a reduzir esses tempos.

NOTA! Se já usas algumas destas estratégias, retira-as da lista!

O meu Bem-Estar Digital

Parabéns, chegaste ao fim da tua desintoxicação de Bem-Estar Digital! Agora descontraí, relaxa e confere tudo o que conseguiste fazer :

- Identifiquei o que gosto e o que não gosto relativamente ao uso da tecnologia.
- Reconheci alguns padrões de *design* nas aplicações que uso.
- Aprendi a desligar algumas dessas características / funcionalidades de *design*.
- Encontrei a minha própria forma de ter uma relação mais equilibrada com a tecnologia.

Ser inteligente com o *smartphone* não significa atirar o telemóvel para um rio, significa encontrar uma forma de desfrutar da tecnologia sem que ela assuma a tua vida. **Vê se podes partilhar** algumas destas técnicas de bem-estar digital com os teus familiares e amigos/as.

D
A
T
A
D
E
T
O
X
I
T

SEGUINTE DESINFORMAÇÃO

A ARTE MARCIAL DA DESINFORMAÇÃO

...corta com o caos

A internet é um mar de informação – uma rede gigantesca de histórias, notícias sobre celebridades e políticos, anúncios que tentam vender-te o último modelo de ténis. Onde lês opiniões sobre TUDO e tem biliões de memes de animais. Tem tanto para oferecer!

Muitas vezes é difícil distinguir o que é verdadeiro, do que é falso, e de tudo o que está pelo meio.

Neste módulo, vais aprender a importância de partilhar com consciência.

Vamos começar!

Um produto de:

TACTICAL
TECH

datadetoxkit.org
#datadetox

1

ESTOURA A TUA "FILTER BUBBLE"

Uma 'filter bubble' é o conteúdo que tu vês, que é fruto de uma previsão que um algoritmo fez baseando-se nas tuas preferências. Parece-te bem? Mostrarem-te apenas conteúdo que se adequa aos teus interesses até pode ser uma boa ideia, mas por outro lado já pensaste em tudo aquilo que não estás a ver?

Primeiro, vamos pensar na informação que vês e na informação que não vês.

Junta-te com um/a amigo/a ou familiar e sigam estes passos nas vossas contas de **Instagram**:

Vão a "procura" e "explora" (segundo ícone a contar da esquerda no canto inferior esquerdo)

Escreve, na bolha do lado esquerdo, as 5 coisas principais que vês e, o/a teu/ua parceiro/a, na bolha do lado direito. Caso ambos vejam conteúdo semelhante, coloquem-no na interseção da bolha esquerdacom a direita:

O que vês:	O que ambos veem:	O que eles/as veem
1	1	1
2	2	2
3	3	3
4	4	4
5	5	5

O conteúdo na tua bolha está lá, porque o Instagram monitoriza aquilo que vês na plataforma.

Muitas vezes não consegues rebentar a tua "Filter Bubble", mas podes aumentá-la. Gostas de algum conteúdo que o/a teu/a amigo/a gosta? Procura esse conteúdo no Instagram e vais ver que essa pesquisa vai levar a outras e aumentar a tua "Bolha".

Sabias que?

As *Filter Bubbles* não existem apenas nas redes sociais. Existem também em aplicações de *streaming* como Netflix, ou motores de busca como o Google e plataformas de vídeo como o YouTube.

Nota!

Para estas plataformas não é apenas considerado nas tuas preferências o conteúdo que gostas e partilhas, mas também o tempo (número de horas ou minutos) que vês determinado conteúdo.

2

APRENDE A RECONHECER QUANDO ESTÁS A SER "FISGADO"

"Click bait" é um termo usado para descrever títulos sensacionalistas ou falsos, cujo único objetivo é levarem-te a clicar nesses mesmos títulos. O título do artigo até parece muito interessante, mas depois quando o lês é bastante aborrecido e, no final, acabaste por nem ficar chocada, nem surpreendida, com a informação. Diz-nos quando foi a última vez que clicaste em algo deste género...

"NÃO VAI ACREDITAR NESTES 5 TRUQUES DE BELEZA! O NÚMERO 5 É SURPREENDENTE"

"INACREDITÁVEL! ELA COMEU ISTO DIARIAMENTE E FICOU ASSIM..."

"HOMEM VS. TUBARÃO: O QUE VAI VER A SEGUIR VAI SURPREENDÊ-LO ..."

Pensa em alguém que conheces bem. Agora tenta criar o teu próprio título de "click bait" para essa pessoa. Lembra-te, tem de ser suficientemente sensacionalista para chamar a atenção da pessoa e levá-la a clicar:

TÍTULO

Embora possa parecer divertido criar títulos bizarros e chocantes, é importante que saibas que empresas e *websites* ganham dinheiro a criar estes títulos, levando pessoas a clicar neles e conseguindo muitas vezes a disseminação de informação e notícias falsas.

Vira a página para mais!

PARTILHAR COM RESPONSABILIDADE

A informação falsa pode ser partilhada de uma forma rápida. Este tipo de informação até pode estar a ser partilhado por pessoas em quem tu confias. É importante que saibas o teu papel e o efeito que pode ter a propagação de informação falsa na Internet.

Escreve a última partilha online que fizeste com uma/um amiga/o:

Agora tenta responder às seguintes questões:

O que é que chamou a tua atenção?
...tinha uma imagem chocante?

Onde é que viste esse conteúdo?

- | |
|-------------------|
| redes sociais |
| site de notícias |
| aplicação de chat |
| outro |

Era da autoria de quem?
... que website, quem era o autor?

Na tua opinião qual o fim do conteúdo criado?

Podes seleccionar mais que um

- | |
|---------------|
| para provocar |
| para inspirar |
| para educar |
| para informar |
| entreter |
| outro |

Porque é que partilhaste?

Pergunta a ti mesmo, "Ao partilhar, tornei o mundo num lugar melhor?"

Sim Não

Foi difícil para ti responder a todas estas questões? Ter todos estes pontos em consideração antes de partilhar, pode ser complicado, principalmente quando tens à tua frente conteúdo que te choca ou deixa maravilhado. No entanto é importante a reflexão. **Pensa duas vezes antes de partilhar.**

TEM CONSCIÊNCIA DO TEU PODER PARA INFLUENCIAR O TEU ECOSISTEMA DIGITAL

Nós partilhamos coisas por todos os tipos de razões – por aborrecimento, porque tem piada ou por entusiasmo; mas também porque nos preocupamos com as coisas. As causas que nos preocupam fazem parte daquilo que somos, influenciam o nosso discurso, a nossa forma de agir, com quem nos damos. O mesmo também se aplica ao que fazemos online.

Pensa num tema ou numa causa que defendas e escreve-a no espaço em branco (causas como as mudanças climáticas, feminismo, direitos dos animais, desporto, alimentação)

Agora tenta responder às seguintes questões assinalando aquelas que se aplicam a ti:

Eu vi outros utilizadores/as a falarem sobre este tópico...

- | |
|--|
| partilhando artigos chocantes, embora possam não ser verdadeiros |
| partilhando pensamentos como se fossem factos, apesar de se tratar apenas da opinião de quem os partilha |
| partilhando imagens que parecem ser algo que na verdade não são |
| seguindo uma tendência, porque é viral |

Expressas ativamente as tuas causas? Muitas vezes as pessoas partilham coisas, sobre as quais não estão de acordo, para tentar provar o seu ponto de vista. Da próxima vez que verificares estar a ser disseminada informação falsa sobre um tópico com o qual te preocupas, pensa duas vezes antes de comentares, partilhares ou publicares. Ao invés, se te sentires confortável, denuncia na Plataforma com indicação de informação falsa/não-verificada.

Sabias que?

Quando, em 2019, os fogos na Amazónia começaram a deflagrar, líderes mundiais, tal como o presidente francês, partilharam imagens falsas dos fogos que circulavam na internet, sem saberem que as mesmas eram falsas.

Arte Marcial da Desinformação

Parabéns por teres chegado ao fim do kit de desintoxicação contra a desinformação. Agora relaxa e vê tudo aquilo que alcançaste neste módulo:

- Eu percebi como é a minha "Filter Bubble".
- Eu aprendi a identificar títulos de "clickbait".
- Aprendi a importância de pensar antes de partilhar.
- Refleti sobre o modo como posso aplicar as coisas que aprendi para defender as causas em que acredito.

A internet pode ser um espaço avassalador em termos de informação, mas se refletir um pouco antes de partilhar algo, estou a torná-la um lugar melhor. **Partilha os teus conhecimentos com familiares e amigos/as** para que também eles possam tornar a Internet num espaço mais positivo.

Para mais dicas e informação, visita datadetoxkit.org