



Co-funded by
the European Union



aCcessible schOOLs

MATERIAIS ACESSÍVEIS (DIY)



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelos mesmos. Projeto Número: 2023-1-NO01-KA220-SCH-000159514

Escolas Acessíveis em poucas palavras

O projeto Accessible Schools (COOL) tem como objetivo garantir que todos têm uma oportunidade justa na educação, independentemente dos desafios que possam enfrentar.

Trata-se de abrir as portas aos alunos portadores de alguma deficiência ou que são provenientes de países diferentes e que podem achar a forma de funcionamento habitual das escolas um pouco difícil de compreender.

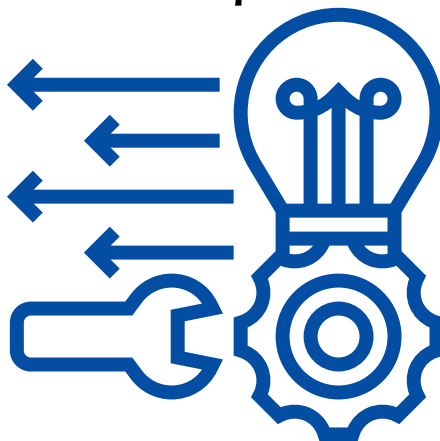


A acessibilidade é importante

A acessibilidade foi tida em conta na conceção do Guia COOL. O tipo de letra foi escolhido deliberadamente para tornar o texto o mais legível possível para as pessoas com necessidades educativas especiais e/ou deficiências.

Além disso, a inclusão de texto alternativo para cada imagem garante que as pessoas com deficiência visual possam compreender a informação utilizando leitores de ecrã ou outras formas de tecnologia de assistência.

A decisão de alinhar o texto à esquerda facilita a leitura e ajuda a manter um fluxo de leitura natural para um público alargado.



ÍNDICE

- 05** Escrever uma história social
- 14** Comunicar utilizando a língua gestual
- 15** Teste a acessibilidade do sítio Web da sua escola
- 17** Guia - Os nossos 8 sentidos
- 19** Gravar uma descrição áudio
- 24** Desenhar um mapa sensorial para a escola
- 27** Conceber uma “mochila” sensorial

Escrever uma história social

Instruções:

Para criar uma história social sobre a ida à escola, podemos utilizar os passos seguintes:

Eis como o pode fazer:

1. Caminhe pela sua escola:

Dê um passeio pela sua escola. Leve uma máquina fotográfica ou utilize o telemóvel para tirar fotografias, um mapa da escola, notas adesivas e uma caneta.

2. Documente a sua viagem:

Tire fotografias do caminho que faz para entrar na escola. Comece pela entrada e depois tire fotografias de locais importantes como os corredores, o refeitório, as salas de aula e as casas de banho. Além disso, tire fotografias de pessoas que possam ajudar, como professores ou funcionários da escola.

3. Registe as regras e as expectativas:

Pense no que os alunos devem fazer em cada local. Devem fazer pouco barulho na biblioteca? Existe um local especial para casacos ou mochilas? Escreva estas regras e procure sinais que as indiquem, como "Silêncio" ou "Proibido comer ou beber".

4. Considere uma ajuda adicional:


Pense no que pode ajudar os alunos que não gostam de locais demasiado barulhentos ou cheios de gente. Talvez estejam disponíveis auscultadores ou locais tranquilos para fazer uma pausa.

5. Crie a sua história social:

- Abra o PowerPoint ou o Google Slides. Comece a criar a sua história.
- Adicione as fotografias que tirou. Coloque-as pela ordem em que alguém as veria quando chegasse à escola.
- Escreva legendas para cada fotografia numa linguagem simples. Utilize “Eu” ou “Nós” para a tornar pessoal, como “Eu passo por estas portas todas as manhãs” ou “Nós fazemos fila aqui depois do recreio”.
- Inclua as regras e os sinais que escreveu, com legendas como “Lembramo-nos de fazer pouco barulho na biblioteca”.

6. Conclua e partilhe a sua história:

- Quando a apresentação de diapositivos estiver concluída, guarde-a em PDF.
- Coloque o PDF no website da escola, onde seja fácil de ver pelos alunos e pais.
- Inclua o seu endereço de correio eletrónico (ou o de um funcionário da escola) no sítio Web onde partilha a história social, para que as pessoas possam enviar comentários ou fazer perguntas..



Lembre-se, a história social ajuda os alunos a sentirem-se seguros e a saberem o que vai acontecer. Deve fazê-los sentirem-se bem-vindos e seguros das coisas.

Exemplo

Visita à galeria de arte e ao museu Herbert

Um guia para ajudar os visitantes autistas a desfrutar da sua visita



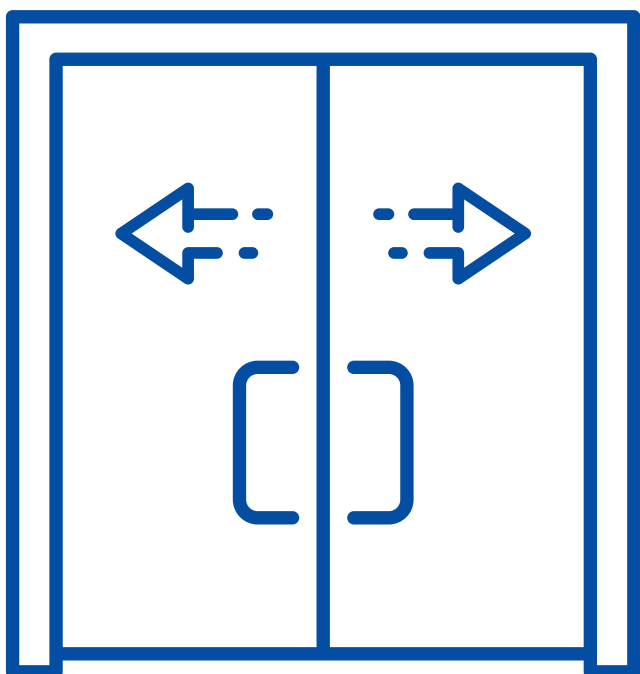
Antes de sair de casa:

Vou certificar-me de que levo uma bebida, um lanche, o meu telemóvel e a minha carteira.

Vou levar *fidget spinners* para o caso de ficar ansioso, ou acessórios de conforto. Também levo os meus auscultadores para os ruídos mais fortes.



O Museu tem duas entradas. Esta é a principal na praça perto da catedral. Esta entrada tem uma porta giratória.



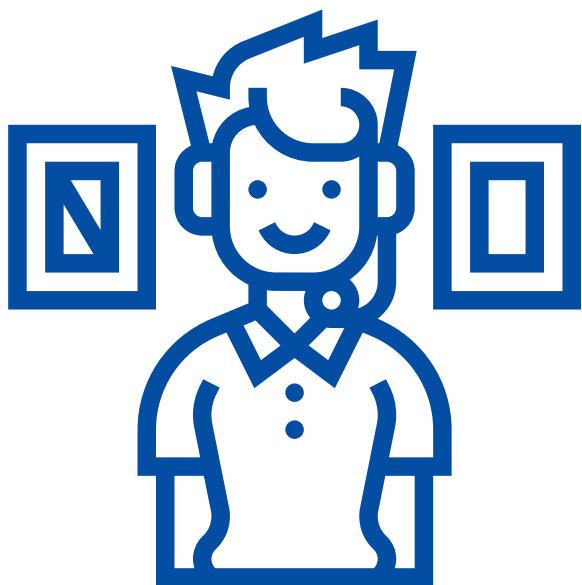
A outra entrada fica na Bayley Lane. Tem portas de abertura automática. O Café fica mesmo à direita desta porta e pode ter ruídos altos e cheiros fortes de comida



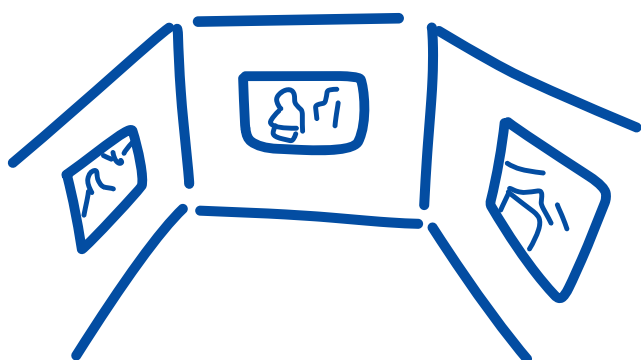
A receção situa-se na entrada da praça da da Catedral. Posso pedir ajuda às pessoas da receção para obter apoio e indicações se for necessário.



Posso pedir à receção um mapa do Museu. Este mapa permitir-me-á planear a minha visita às galerias que pretendo ver.



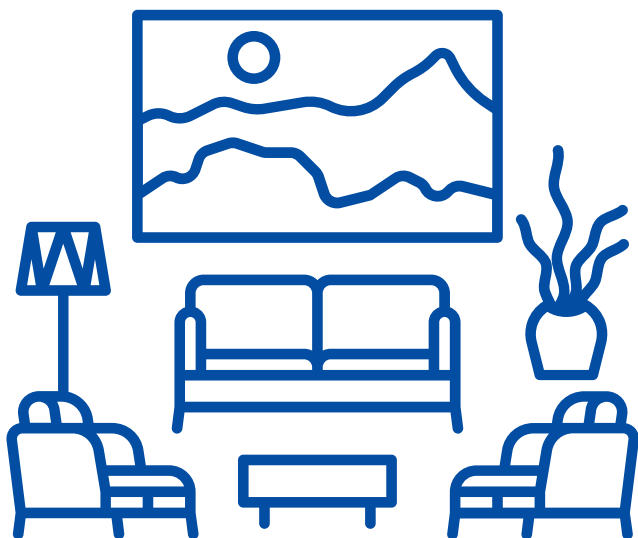
Se eu precisar de ajuda durante a minha visita, posso simplesmente procurar funcionários do museu com uniformes azuis porque estão lá para me ajudar.



Existem exposições permanentes e temporárias no museu. Posso consultar a secção "O que está a acontecer" no website para verificar quais as exposições que estão a decorrer.



A galeria dos elementos tem som, vídeo e luz. Posso usar os meus auriculares se houver muito barulho. Fica no primeiro andar.



Há espaços tranquilos em todo o museu. Posso utilizar estes espaços se precisar de relaxar ou de me acalmar, se tudo se tornar demasiado cansativo.

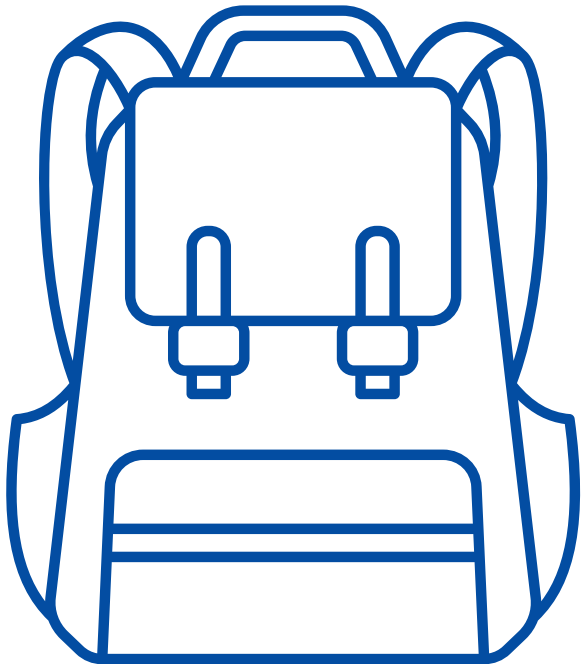


A galeria "O que está na loja" é sempre calma.

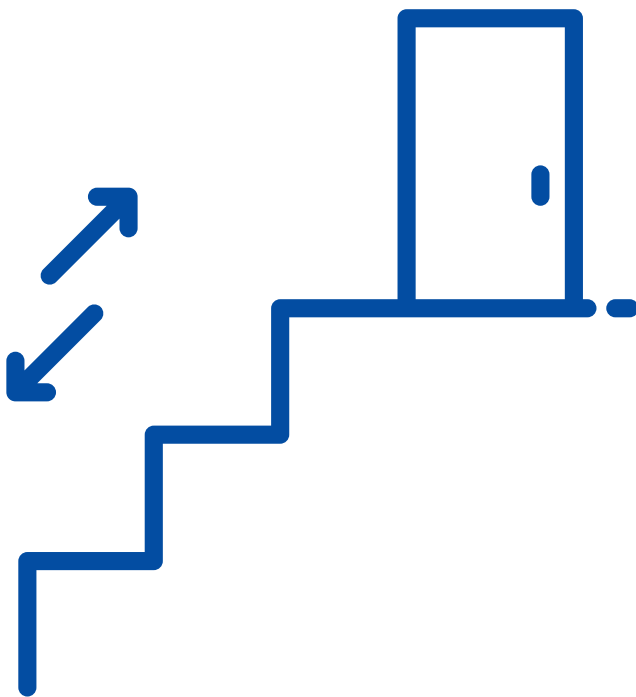
O meu amigo Rory gosta deste espaço. Fica no rés-do-chão.



Posso tirar fotografias no museu, exceto quando vejo estes sinais de "Proibido fotografar".



Antes de me ir embora:
Certifico-me de que tenho o meu telemóvel e a minha carteira, *fidget spinners*, auscultadores ou acessórios de conforto que trouxe na minha mala.



Posso sair pelas mesmas portas por onde entrei.

Vou gostar da visita ao Herbert.

Comunicar utilizando a Língua gestual

Instruções

Utilize o website “Spread the Sign” para procurar e praticar o seguinte:

- Olá, posso ajudar-vos?
- Como é que está?
- Quanto é que custa?
- Onde é o elevador mais próximo?
- Onde é a casa de banho?
- Vira à esquerda
- Vire à direita

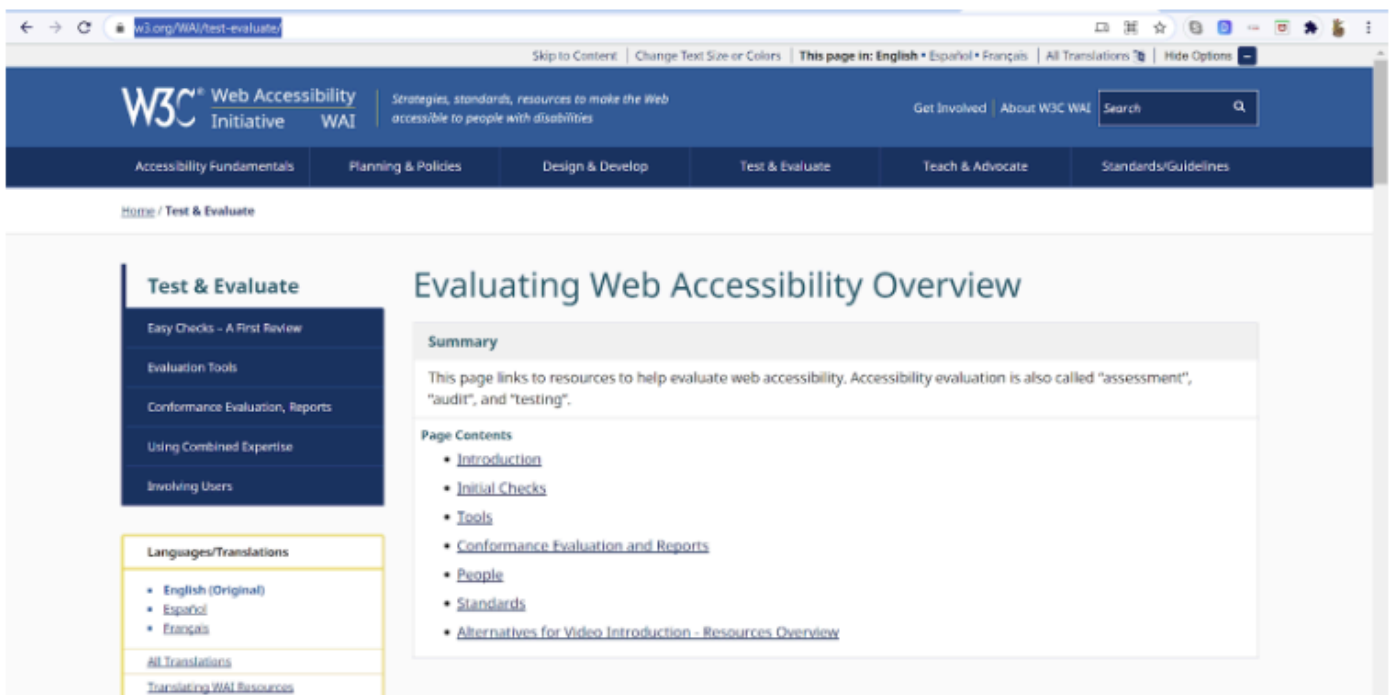
The screenshot displays the 'Spread the Sign' website interface. At the top, there is a navigation bar with icons for 'Search', 'Sentences', 'Categories', 'Map', 'Fingerspelling', '360', 'Social Haptic', and 'Select language'. Below this, a search bar contains the word 'school' and a search button. The main content area is divided into two columns. The left column lists various related terms such as 'nursery school', 'driving school', 'high school', 'school meal', 'compulsory school', 'school attendance', 'school inspectorate', 'school administration', 'school environment', 'school transport', 'special school', and 'school year'. The right column features a large image of a man signing the word 'school' against an orange background, with a small icon of a school building to its right. Below the image is a 'Select a language' dropdown menu with options for English (United Kingdom), English (United States), Portuguese (Portugal), Polish, Lithuanian, Icelandic, Spanish (Spain), and Turkish, along with a '+ more' button.

- **Teste a acessibilidade do website da sua escola**

Instruções

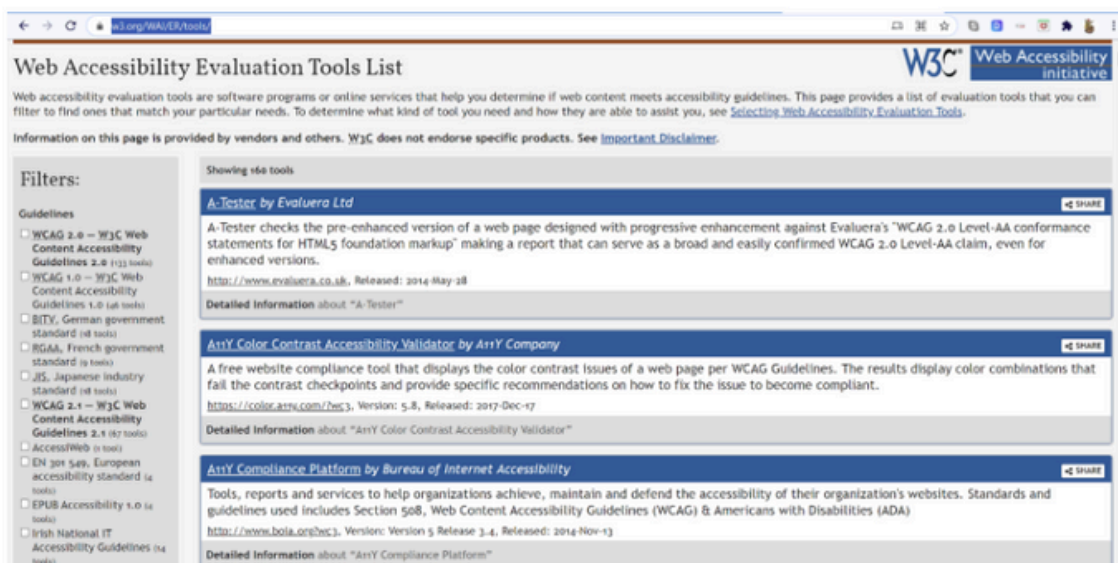
O domínio do website é acessível?

- Aceda à página da Iniciativa para a acessibilidade da Web e procure Testar e avaliar.

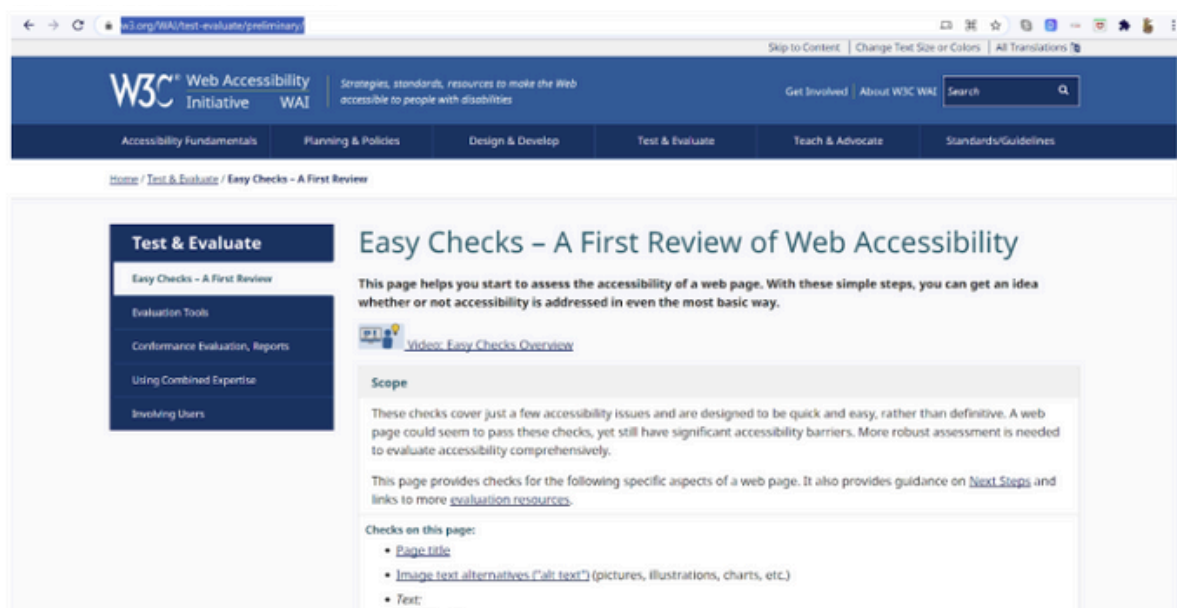


The screenshot shows the W3C Web Accessibility Initiative (WAI) website. The browser address bar displays 'w3.org/WAI/test-evaluate/'. The page header includes the W3C logo, 'Web Accessibility Initiative WAI', and the tagline 'Strategies, standards, resources to make the Web accessible to people with disabilities'. Navigation links include 'Get Involved', 'About W3C WAI', and a search box. A secondary navigation bar lists categories: 'Accessibility Fundamentals', 'Planning & Policies', 'Design & Develop', 'Test & Evaluate', 'Teach & Advocate', and 'Standards/Guidelines'. The main content area is titled 'Evaluating Web Accessibility Overview' and features a 'Summary' section with the text: 'This page links to resources to help evaluate web accessibility. Accessibility evaluation is also called "assessment", "audit", and "testing"'. Below the summary is a 'Page Contents' section with a list of links: 'Introduction', 'Initial Checks', 'Tools', 'Conformance Evaluation and Reports', 'People', 'Standards', and 'Alternatives for Video Introduction - Resources Overview'. A sidebar on the left contains a 'Test & Evaluate' menu with items like 'Easy Checks - A First Review', 'Evaluation Tools', 'Conformance Evaluation, Reports', 'Using Combined Expertise', and 'Involving Users'. At the bottom of the sidebar, there is a 'Languages/Translations' section with links for 'English (Original)', 'Español', 'Français', 'All Translations', and 'Translating WAI Resources'.

Leia a Descrição Geral da Avaliação da Acessibilidade da Web e verifique a Lista de Ferramentas -> Ferramentas de Avaliação da Web e da Acessibilidade.



Consulte a lista e seleccione a ferramenta adequada para verificar o seu website. Também pode seguir as verificações fáceis da WAI - Uma primeira análise da acessibilidade da Web.



Quer experimentar o som da sua página Web num leitor de ecrã?

Vá à página de transferência do NVDA (o NVDA é um leitor de ecrã gratuito e de código aberto, útil apenas para páginas em inglês) e transfira o software. Abra a sua página Web e veja como o leitor de ecrã a lê.



The screenshot shows the NV Access website. At the top, there is a logo for NV Access with the tagline "Empowering lives through non-visual access to technology" and a "DONATE" button. Below the logo is a navigation menu with links: Home, About, Download, Get Help, Corporate / Government, Blog, Support Us, Shop, and Create Account / Log In. The main content area features a large teal banner with the text "DOWNLOAD and experience NVDA TODAY!" and a background image of hands typing on a laptop. Below the banner, there is a section for "NVDA VERSION 2024.1" which includes a small image of the NVDA software box and a paragraph of text explaining that the software is free of charge and available for PCs running Microsoft Windows 7 SP1 and later. A note mentions that older versions of NVDA are available for Windows XP or Vista.

DOWNLOAD
and experience
NVDA TODAY!

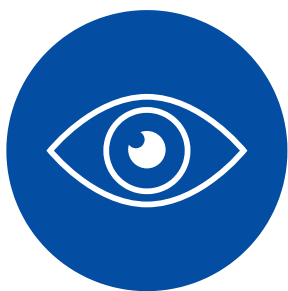
NVDA
NV Access
2024.1

NVDA VERSION 2024.1

The NVDA screen reader can be downloaded free of charge by anyone. We do this because we believe everyone, especially the world's poorest blind people deserve access to computers and a way out of poverty. If you have the means, no matter how big or small, please consider making a donation before downloading NVDA. We rely on donations and grants to continue improving NVDA and to ensure it remains compatible with the world's rapidly changing technology.

Please note: NVDA is only available for PCs running Microsoft Windows 7 SP1 and later. If you require a version of NVDA that can still run on Windows XP or Vista, please download the much older [NVDA 2017.3 for Windows XP](#) instead. NV Access does not however recommend or support running this older version on newer Operating systems.

Guia - Os nossos 8 sentidos



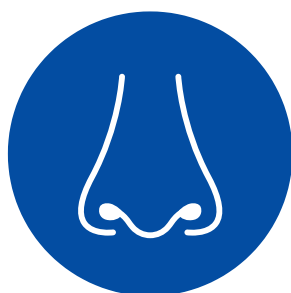
Sentido visual (visão)

A capacidade de ver a cor, a forma, a orientação e o movimento utilizando o nosso nervo ótico.



Sentido auditivo (audição)

A capacidade de ouvir frequências sonoras e compreender a linguagem. O som é percebido através do ouvido e processado no centro auditivo do cérebro.



Sentido olfativo (olfato)

A nossa capacidade de processar os odores detetados através do nariz, transmitidos como um impulso elétrico ao cérebro e percebidos como cheiro.



Sentido gustativo (paladar)

Permite-nos determinar se os alimentos são seguros ou prejudiciais. Ajuda-nos a manter um sistema interno saudável e funcional.



Sentido tátil (tato)

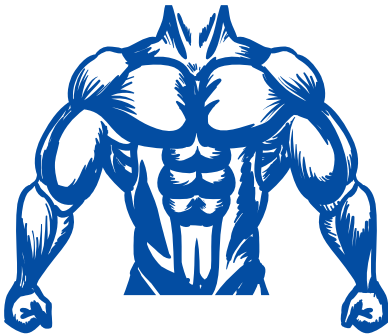
Uma parte essencial do nosso sistema nervoso que ajuda a processar o tato, a pressão, a temperatura e a dor.

Guia - Os nossos 8 sentidos



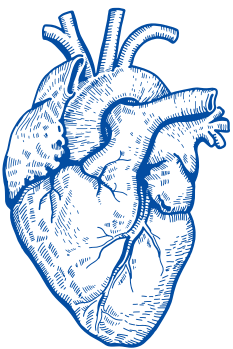
Sentido vestibular

O sentido do movimento da nossa cabeça no espaço, afetado pela gravidade. Pode ser considerado como a orientação no espaço. Utilizamos este sentido para saber se estamos a andar de roda, a girar ou a balançar a cabeça.



Propriocepção

Permite-nos sentir os nossos movimentos musculares e articulares. A propriocepção indica-nos a posição relativa das partes vizinhas do corpo e a quantidade de esforço utilizado para mover as partes do corpo.



Interocepção

Os nossos interceptores dizem-nos o que os nossos órgãos internos estão a sentir. O batimento cardíaco, a sede e a fome são exemplos de interocepção.

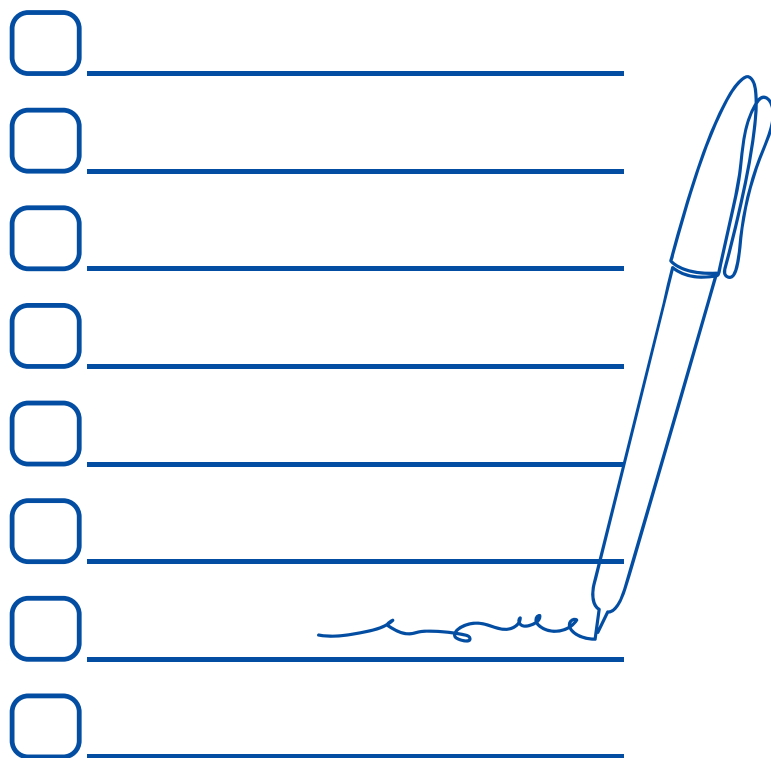
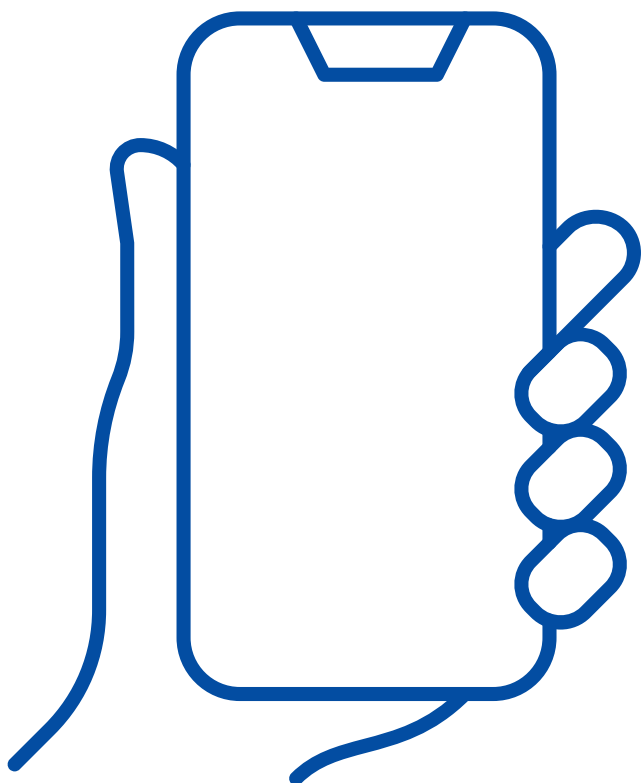
Gravar uma descrição áudio

Instruções sobre como criar um guia áudio para chegar à nossa escola



O que precisa:

- Um smartphone
- Bloco de notas ou telemóvel para anotar ideias



Passos:

1. Preparar o trajeto:

Pense em como se chega à escola a partir da paragem de autocarro ou da estação de comboios mais próxima. Imagine o caminho.

2. Tomar nota do que se passa à volta:

Escreva o que vê, ouve e cheira ao longo do caminho. Por exemplo, pode ser o som das folhas, uma voz ou um sino.

3. Planear o guião:

Com as suas notas, escreva um guião da gravação. Escreva o que quer dizer para ajudar alguém a chegar à escola. Descreva bem o caminho.

4. Grave o seu áudio:

Editar a gravação (opcional):

Utilize o seu smartphone para gravar o guião. Tente ser simpático e claro. Não tenha medo de voltar a gravar se cometer erros.

5. Editar a gravação (opcional):

Utilize software gratuito como o Audacity para melhorar ainda mais o som do áudio. Pode remover erros, tornar o som mais claro e adicionar música de fundo. Descarregue-o a partir daqui: <https://www.audacityteam.org/>

6. Partilhe o guia áudio:

Quando terminar a gravação, carregue-a no YouTube ou no Soundcloud. Depois, coloque-o no Website da escola. Isto ajudará qualquer pessoa que queira chegar à escola.

Dicas:

- **Seja descritivo:** Utilize muitos pormenores para facilitar a compreensão de todos.
- **Fale devagar:** Quando gravar, fale um pouco mais devagar do que o habitual.
- **Divirta-se:** Está a ajudar as pessoas a chegar à sua escola, por isso divirta-se a fazer a sua gravação!

Desta forma, pode criar um guia áudio útil para quem visita a escola pela primeira vez!



Conceber um mapa sensorial para a escola

O que precisa:

- Um mapa da escola ou desenhar um mapa que mostre todos os diferentes sítios da escola,
- post-its e caneta,
- Uma máquina fotográfica ou um telemóvel para tirar fotografias.

Passos:

1. Prepare-se:

- Tenha o mapa da escola, post-its, caneta e máquina fotográfica.



2. Percorrer a escola:

- Vá a diferentes locais da escola com o mapa.
- Utiliza post-its para anotar as coisas em que pode tocar e as que não pode em cada local.



Passos:

3. Pense nas regras:

- Pense nas regras que existem em cada local. É necessário não fazer barulho? É permitido tirar fotografias? Há alguma coisa que possa assustar algumas pessoas?

4. Tirar fotografias:

- Tirar fotografias que mostrem as regras ou aspectos especiais de cada local.

5. Acessórios de apoio:

- Pense no que poderá ajudar as pessoas a sentirem-se melhor nestes espaços. Talvez auscultadores para bloquear o ruído ou sinais bem definidos para ajudar as pessoas a saberem o que fazer.

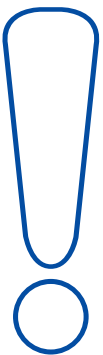
6. Crie o seu mapa:

- Utilize o PowerPoint ou o Google Slides para elaborar o seu mapa. Adicione as suas fotografias e escreva frases curtas para explicar o que cada fotografia mostra. Tente utilizar “Eu” ou “Nós”, como “Posso usar auscultadores aqui”, para dar um toque mais pessoal.

Passos:

7. Partilhe o seu mapa:

- Guarde o seu mapa em PDF e coloque-o no website da sua escola para que todos o possam ver. Isto pode ajudar as pessoas a sentirem-se mais confortáveis e a saberem o que esperar da escola.
- Adicione um endereço de correio eletrónico para que as pessoas lhe possam dizer o que pensam ou fazer perguntas.



Esta é uma forma divertida de ajudar todos a compreender como são os diferentes locais da escola e como podemos fazer com que todos se sintam bem-vindos e confortáveis.

Criar uma mochila sensorial

Instruções:

Escolha uma mascote ou personagem que represente o espírito ou o tema da escola. Esta personagem pode ser um animal de ficção, uma figura histórica ou um símbolo associado aos valores da escola ou à cultura local.



Sentido

Item

Dicas

Tocar

Algo para vestir

Algo que a sua personagem usou ou um tecido da sua época

Visão

Um fantoche de animal

Baseado num acontecimento importante da sua vida ou num animal de estimação que teve

Movimento

Um brinquedo que dá corda ou um brinquedo de rodar

Algo que tenha uma ação

Sentido

Item

Dicas

Audição

Um brinquedo sonoro

Os microfones podem ser uma boa opção se for capaz de gravar os seus próprios sons

Cheiro

Uma erva ou uma flor seca

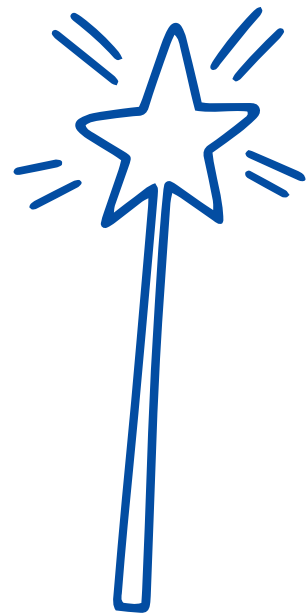
Algo que a personagem teria cheirado durante a sua vida (evitar lavanda, pois pode ser um estímulo para algumas pessoas)

Os artigos das nossas mochilas sensoriais são os seguintes

**Proteções auriculares
(redução do som)**



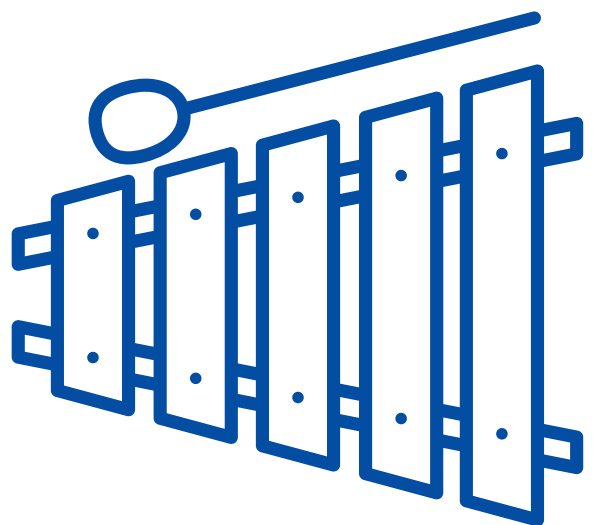
**Varinha mágica
(visão/emoção)**



**Brinquedo de peluche
(toque)**

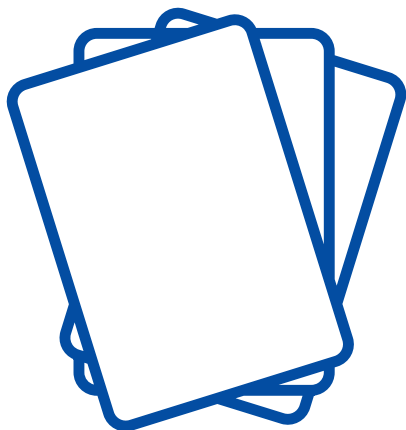


**Brinquedo
sonoro**



Os artigos das nossas “mochilas” sensoriais são os seguintes

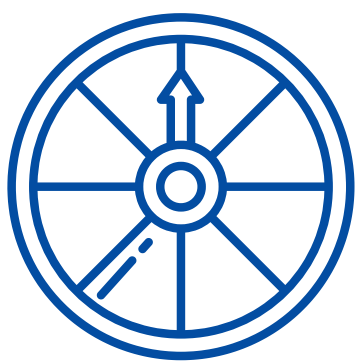
Um cartão “Hoje vou aprender”.



Utilizamos imagens relacionadas com as nossas aulas como cartões para ajudar os alunos a escolherem o que pretendem aprender hoje, tornando a escolha mais simples e menos stressante.



Lupa
(para explorar)



Emaranhador
(movimento)



Uma marioneta para mostrar
(tocar)



Co-funded by
the European Union



MATERIAIS ACESSÍVEIS (DIY)

aCcessible schOOLs



**Para mais informações:
www.accessibleschools.eu**



EduKempen
CVO VOLWASSENENONDERWIJS



**micro
kōsmos**



Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e opiniões expressos são da exclusiva responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução relativa à Educação, ao Audiovisual e à Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas pelos mesmos. Projeto Número: 2023-1-NO01-KA220-SCH-000159514