

Sessões online acessíveis

Um guia de orientações práticas



POLO CULTURAL
GAIVOTAS BOAVISTA
LOJA LISBOA CULTURA 



Índice

Porquê este guia	3
1. O que fazer Antes da sessão online	
A. Preparar e divulgar a sessão online	4
B. Preparar os materiais da apresentação	5
2. O que fazer Durante a sessão online	
A. Orientações para a pessoa que faz a moderação	7
B. Orientações para todas as pessoas intervenientes	8
3. O que fazer Depois da sessão online	
Avaliar e melhorar	9
Anexo	10

Sessões online acessíveis

Porquê este guia

O objetivo deste guia é ajudar a preparar e a realizar sessões online que considerem as necessidades específicas de diferentes pessoas.

São apresentadas várias orientações com o objetivo de aumentar a acessibilidade nas sessões online.

Cuidámos, especialmente, de dar a conhecer procedimentos que tornam as sessões online mais acessíveis para pessoas com deficiência visual, S/surdas e ensurdecidas, e para pessoas com dificuldade na expressão oral.

1 | O que fazer antes da sessão online

A. Preparar e divulgar a sessão online

- Verifique os recursos de acessibilidade do *software* que será usado (por exemplo, legendagem automática no *Zoom*).
- Na ficha de inscrição/convite para a sessão, pergunte se as pessoas que vão participar têm necessidades específicas (na parte final deste guia, encontra uma sugestão para a pergunta que deve incluir na ficha de inscrição).
- Considere em particular a variedade de características e necessidades das pessoas que participam, nomeadamente em termos de audição, visão e fala.
- Informe-se sobre como responder a necessidades específicas através dos recursos de acessibilidade do *PowerPoint*, da interpretação em língua gestual ou da legendagem.
- Partilhe com quem vai participar informação sobre os recursos de acessibilidade que vai disponibilizar na sessão.
- Partilhe material sobre a sessão antes da sua realização (veja a secção “B. Preparar os materiais de apresentação”), com as pessoas que vão participar e com as pessoas que farão a interpretação em língua gestual portuguesa.

B. Preparar os materiais da apresentação

Material visual (*PowerPoints/slides*)

- Use uma fonte não serifada (por exemplo, Helvetica), num tamanho grande (por exemplo, 24).
- Use um bom contraste de cores entre a fonte e o fundo (pelo menos 75%), sem esquecer as necessidades das pessoas daltónicas⁽¹⁾.
- Não use a cor como única forma de partilhar informação.
- Não use muito texto nos *slides*.
- Use quadros e gráficos grandes e simples de ler, mas o melhor é evitá-los.
- Se usar siglas, apresente-as por extenso na primeira vez que as referir.
- Introduza títulos para os *slides* e texto alternativo para as imagens.
- Faça uma descrição das fotografias.
- Use uma linguagem clara, para não especialistas.
- O *PowerPoint* dá dicas e permite avaliar a acessibilidade do documento (no menu, em Rever > Verifique acessibilidade).

(1) Website sobre o Daltonismo: <https://www.coloradd.net/pt/sobre-o-daltonismo/>

Material visual (vídeos)

- Prepare um resumo e partilhe com pessoas com deficiência visual.
- Ative a legendagem.
- Partilhe a transcrição.
- Ative a audiodescrição em vídeos em que esteja disponível ou faça uma descrição sucinta do que foi visto.

Documentos *Word*

- Formate o documento para associar os títulos e os cabeçalhos a estilos do *Word*. Os estilos obedecem a uma estrutura hierárquica e permitem a navegação nos documentos com os leitores de ecrã. Os níveis mais altos são o 1 (títulos) e o 2 (subtítulos).
- Use estilos predefinidos ou personalize-os.
- Evite apresentar de quadros.
- Use uma fonte não serifada (por exemplo, Helvetica), num tamanho grande (por exemplo, 24).
- Use um bom contraste de cores entre a fonte e o fundo (pelo menos 75%), sem esquecer as necessidades das pessoas daltónicas⁽²⁾.
- Não use a cor como única forma de partilhar informação.
- Se usar siglas, apresente-as por extenso na primeira vez que as referir.
- Alinhe o texto à esquerda.
- Evite que uma palavra fique dividida entre duas linhas (hifenização).

(2) Website sobre o Daltonismo: <https://www.coloradd.net/pt/sobre-o-daltonismo/>

2 | O que fazer durante a sessão online

O bom desenrolar duma sessão online é muito condicionado pelo papel essencial do moderador.

Mas cabe a todas as pessoas que intervêm seguir um conjunto de orientações durante a sessão online.

A. Orientações para a pessoa que faz a moderação

- Dê as boas-vindas e coloque à vontade as pessoas que vão participar na sessão. Informe que podem interromper a qualquer momento, caso precisem.
- Faça a sua autodescrição, por exemplo (idade, cabelo, olhos, roupa, fundo da sua janela na sessão online).
- Cumprimente as pessoas quando entram na reunião e faça um contacto visual através da câmara.
- Peça às pessoas para colocarem o seu nome, apelido e pronome (por exemplo, ela/dela) com o qual querem ser tratadas.
- Peça a todas as pessoas que participam para:
 - desligarem os seus microfones quando não estão a falar;
 - evitarem falar ao mesmo tempo;
 - usarem a funcionalidade de levantar a mão quando querem intervir;
 - falarem pausadamente, para não dificultar as pessoas que fazem a interpretação em língua gestual.
- Informe as pessoas de que podem ativar a legendagem ao vivo.
- É desejável que a pessoa que modera a sessão tenha o apoio de outra na gestão do chat, porque são duas tarefas distintas e fundamentais ao bom desenrolar da sessão.
- Permita que as pessoas façam perguntas da forma que lhes for mais conveniente e confortável (verbalmente ou no *chat*).

B. Orientações para todas as pessoas intervenientes

- Quando falar pela primeira vez, deve mencionar o seu nome, e fazer a sua autodescrição (por exemplo, idade, cabelo, olhos, roupa, fundo da sua janela na sessão online).
- Cada pessoa deve usar uma câmara/uma janela. Quando duas ou mais pessoas usam a mesma câmara/janela e, conseqüentemente, o mesmo microfone, o som não é captado com eficácia e isto dificulta a compreensão do que é dito.
- Fale pausadamente, esteja próximo da câmara e não vire a cabeça ou tape a boca.
- Fale mais alto apenas se lhe for pedido.
- Use auscultadores e microfone para melhor qualidade de som.
- Garanta que a sua cara está bem iluminada.
- Os fundos devem ser, preferencialmente, lisos (sem desenhos, etc.) e sem qualquer animação.
- Se vai apresentar vídeos, confirme se está a partilhar o som do seu computador e ative as legendas.
- Não tente completar as frases de pessoas gegas ou com paralisia cerebral, e apenas considere que essas pessoas podem usar mais tempo para se expressarem.
- Oiça com atenção e não tenha pudor de dizer que não entendeu.
- Não tenha medo de usar expressões comuns como “Está a ver?” com pessoas com deficiência visual.

3 | O que fazer depois da sessão online

Avaliar e melhorar

- Procure saber junto de quem participou se a sessão correu bem e se há algo que possa ser melhorado.
- Será útil enviar uma ficha de avaliação aos participantes e tentar perceber quais foram os pontos fracos e fortes da sessão, na perspetiva específica da acessibilidade.
- Faça o relatório da sessão que constitua pensamento crítico e referência para melhoria futura.

Anexo

Para sessões online, inclua nos formulários de inscrição uma pergunta **sobre acessibilidades**:

Tem alguma necessidade específica? Por favor, assinale.

- Informação com texto ampliado
- Intérprete de língua gestual portuguesa
- Legendagem ao vivo
- Outra: _____

Referências bibliográficas

ISCTE, Boas práticas na elaboração de conteúdos acessíveis

University of Washington, Accessibility and universal design of online meetings

University of Washington, Equal access: universal design for your presentation

Ficha técnica

Edição

Câmara Municipal de Lisboa
Polo Cultural Gaivotas | Boavista
Acesso Cultura

Título

Sessões online acessíveis – Um guia de orientações práticas

Texto

Acesso Cultura
Polo Cultural Gaivotas | Boavista, Loja Lisboa Cultura

Revisão

Guilherme Peleja, Irina Francisco

Revisão para linguagem clara

Hugo Sousa

Design

Paula Albuquerque

Design, montagem, impressão e acabamento

Imprensa Municipal

Ano

2024

Se precisar de mais informações sobre sessões online acessíveis, contacte:

Acesso Cultura

geral@acessocultura.org

Polo Cultural Gaivotas | Boavista, Loja Lisboa Cultura

loja.lisboa.cultura@cm-lisboa.pt

