



Micro-intervenções MEME: Uma orientação metodológica

Acrónimo	GREEN MEME EFFECT
Título completo	GREEN MEME EFFECT: Greenfluencing microinterventions in physical and digital social space of youth to foster eco-friendly and sustainable behaviours.
Número do projeto	2022-2-AT01-KA220-YOU-000096509



Co-funded by
the European Union

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.

Conteúdo

Introdução	2
Definições de conceitos.....	3
O que são micro-intervenções?	3
O que é um MEME?	3
Memes e direitos de autor	3
Origens e criador do meme da Internet	4
O que são contextos de aprendizagem formais, não formais e informais?.....	4
O que é o Paradigma Socioespacial?	4
A abordagem de micro-intervenção GREEN MEME.....	5
Por que razão devo utilizar a MEME Micro-Interventions?	5
Como é que funciona?	6
Que recursos oferece o projeto GREEN MEME EFFECT?	6
Como é que posso criar as minhas próprias micro-intervenções Meme?.....	8
Quando e onde devo utilizar as Micro-Intervenções Meme?.....	8
E se os jovens não gostarem do meu meme?	9





Introdução

Este guia foi desenvolvido no âmbito do projeto Erasmus+ GREEN MEME EFFECT. Dirige-se aos actores do espaço social dos jovens e visa capacitá-los para a aplicação de micro-intervenções em situações quotidianas.

Este guia foi concebido para si se for:

- ▶ um professor, a tentar encontrar uma forma interessante de ensinar competências ecológicas à sua turma;
- ▶ um pai, na esperança de encontrar uma forma de conseguir que os seus filhos adolescentes tenham um comportamento mais sustentável;
- ▶ um jovem ou assistente social, que deseja uma forma fácil e divertida de inspirar os jovens ao seu cuidado a serem mais conscientes em relação ao ambiente;
- ▶ um representante de uma empresa, de uma ONG ou de um governo local/regional, que procura encontrar uma nova abordagem para transmitir as suas mensagens ecológicas e envolver o grupo-alvo dos jovens;
- ▶ ou até mesmo um jovem, determinado a reduzir a pegada ecológica do seu estilo de vida e a provocar uma mudança ecológica nos seus pares.

Sobre o projeto

O projeto GREEN MEME EFFECT actua em três fases:



Desenvolver conhecimentos, aptidões e competências VERDES

O primeiro passo é equipar os intervenientes no espaço social físico e digital dos jovens com materiais fiáveis e atractivos para desenvolver conhecimentos, aptidões e competências ecológicas.



Implementar micro-intervenções MEME

O segundo passo é o desenvolvimento de uma coleção única, visualmente atraente e inovadora de materiais de micro-intervenção que capturem a atenção dos jovens e os "incentivem" a seguir e manter um estilo de vida sustentável e amigo do ambiente.



Criar oportunidades de impacto EFEITO

A etapa final consiste em promover a metodologia e os materiais do GREEN MEME, proporcionando oportunidades reais de participação aos jovens no seu espaço social físico e digital.

Todos os resultados do projeto e materiais desenvolvidos estão disponíveis gratuitamente no sítio Web do projeto www.green-meme-effect.eu em seis línguas: Inglês, Alemão, Grego, Italiano, Português e Sueco.



Co-funded by
the European Union



Definições de conceitos

Este capítulo resume brevemente os principais conceitos utilizados na metodologia do EFEITO MEME VERDE e fornece ligações para outros recursos de leitura.

O que são micro-intervenções?

Esta técnica é frequentemente utilizada em contextos terapêuticos e relacionados com a saúde, mas pode ser aplicada a qualquer situação. Uma micro-intervenção é uma breve declaração sobre uma ação simples de implementar que visa um efeito positivo no grupo-alvo. Pode ser a centelha de motivação que põe em marcha a mudança ou dá força para perseverar. Exemplos de micro-intervenções básicas são "Não desista!" ou "Por favor, recicle".

Para uma explicação aprofundada do conceito de micro-intervenções num contexto médico, recomendamos este recurso da National Library of Medicine (2020)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7661243/>

O que é um MEME?

Os MEMEs são imagens, vídeos ou elementos de texto da cultura pop ou de pessoas reais que transportam um elemento relacionável - muitas vezes estes modelos MEME são cunhados com texto personalizado para se adaptarem ainda melhor a uma situação específica. E, devido à sua capacidade de se relacionarem, são partilhados inúmeras vezes. Para se ter uma ideia: a hashtag #meme está em primeiro lugar entre a Geração Z no Instagram, com 149.560.135 publicações só em 2022 (sem contar com muitas hashtags de memes relacionadas).

Antes de o termo meme ser conhecido como um fenómeno da Internet, foi cunhado pelo biólogo evolucionista Richard Dawkins para descrever um elemento da cultura, uma ideia, um comportamento que é transmitido de um indivíduo para outro por imitação ou por outros meios de comunicação. Na sua essência, um meme é para a cultura o que um gene é para a biologia - muitos memes juntos criam o ADN da cultura e, conseqüentemente, as atitudes e os hábitos das pessoas numa comunidade.

Para saber mais sobre as origens e a natureza dos Memes, recomendamos este recurso de leitura adicional do New York Times (2022):

<https://www.nytimes.com/2022/01/26/crosswords/what-is-a-meme.html>

Memes e direitos de autor

Mais uma coisa: os memes são considerados paródia e, por isso, podem ser utilizados livremente sem infringir os direitos de autor. No entanto, como não somos utilizadores individuais, mas sim um projeto financiado pela UE, o nosso objetivo é utilizar os formatos meme de forma consciente, respeitosa e honrosa. Leia mais sobre a exceção dos memes e GIFs às leis de direitos de autor da UE neste recurso da Comissão Europeia (2021), especialmente os parágrafos "Como é que as novas regras de direitos de autor protegem os utilizadores e a sua liberdade em linha?" e "A Diretiva Direitos de Autor impede os utilizadores de se expressarem da mesma forma que agora? Os memes e os GIFs são proibidos?":



https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/QANDA_21_2821

Origens e criador do meme da Internet

Uma ótima maneira de descobrir a origem e a utilização típica de um determinado formato MEME é o sítio Web "KnowYourMeme" (<https://knowyourmeme.com/>).

Para criar o seu próprio meme ou ver alguns exemplos e vários modelos, recomendamos o sítio Web "IMGFLIP" (<https://imgflip.com/>). Qualquer pessoa pode utilizar o criador online sem criar uma conta e pode optar por manter os memes criados privados, bastando descarregá-los sem os guardar ou publicar.

O que são contextos de aprendizagem formais, não formais e informais?

Um contexto formal é definido como um ambiente de aprendizagem sistémico e intencional, por exemplo, na escola ou na universidade, onde os testes avaliam os resultados da aprendizagem.

Um contexto não formal tem ainda um certo grau de enquadramento organizacional e de intenção de aprender, mas está fora do contexto formal. O foco é colocado num tópico, aptidão ou competência específicos, por exemplo, numa aula ou clube de passatempos, num curso de desporto ou de línguas ou na participação em acções de voluntariado.

Um contexto informal descreve qualquer tipo de aprendizagem que ocorre involuntariamente como parte da vida quotidiana. Não existe uma intenção ou um objetivo específico, apenas acontece naturalmente.

Para mais informações sobre a aprendizagem formal, não formal e informal, recomendamos este recurso de leitura complementar do Conselho da Europa: <https://www.coe.int/en/web/lang-migrants/formal-non-formal-and-informal-learning>

O que é o Paradigma Socioespacial?

Em suma, o espaço social é definido como o ambiente social de um jovem, no qual ele actua e interage com os outros. Nas primeiras definições, eram definidas zonas que correspondiam à proximidade física da pessoa ou eram descritas como ilhas interligadas. Por exemplo, a família seria a zona/ilha mais íntima, enquanto a escola, o bairro, os clubes de passatempos ou os grupos de amigos são outras áreas em que se dá o contacto com os outros. Nas definições actuais, o espaço social da juventude é definido pela interação de uma pessoa com outras nestes vários contextos, que podem ser formais, informais e não formais.

O espaço social dos jovens mudou nos últimos anos e é agora tão real no espaço físico como no espaço digital. A Geração Z e os mais jovens não se lembram de uma vida sem smartphone e Internet, pelo que a utilização de meios de comunicação digitais é tão natural como vestir as suas roupas. Não fazem distinção entre o seu ambiente social em linha e fora de linha e são altamente influenciados pelos seus pares e modelos em linha, independentemente do local onde se encontrem no mundo físico. A comunicação dos jovens no espaço social digital é altamente caracterizada por elementos visuais - desde fotografias, vídeos, emojis, autocolantes e GIFs até ao formato popular dos MEMES.



Para uma visão mais aprofundada do paradigma socio-espacial, recomendamos este recurso de leitura complementar de Spatscheck, Christian e Karin Wolf-Ostermann (2009):

<https://www.sozialraum.de/the-socio-spatial-paradigm-in-social-work.php>

A abordagem de micro-intervenção GREEN MEME

Um futuro ecológico e sustentável começa com as pessoas que moldam o seu futuro fazendo as escolhas corretas todos os dias. Para incentivar e promover estilos de vida verdadeiramente ecológicos, os comportamentos ecológicos devem tornar-se hábitos que se vão interiorizando ao longo do tempo. Tudo começa com uma faísca que desencadeia a mudança - e, idealmente, espalha-se de uma pessoa para outra até atingir todos os níveis da sociedade. É isto que queremos alcançar com o GREEN MEME EFFECT.

Na sua essência, o projeto GREEN MEME EFFECT visa capacitar os jovens e os actores relevantes no seu espaço social para se tornarem verdadeiros agentes de mudança para um hoje e um amanhã mais sustentáveis. A metodologia do projeto GREEN MEME EFFECT visa permitir mudanças comportamentais a todos os níveis da sociedade, "influenciando o verde" nas preferências individuais, nos hábitos de consumo e nos estilos de vida.

Através deste projeto, queremos envolver jovens de todos os meios socioeconómicos, géneros e identidades culturais. Planeamos chegar a estes jovens difíceis de alcançar através de estímulos informais no seu espaço social - digital e fisicamente.

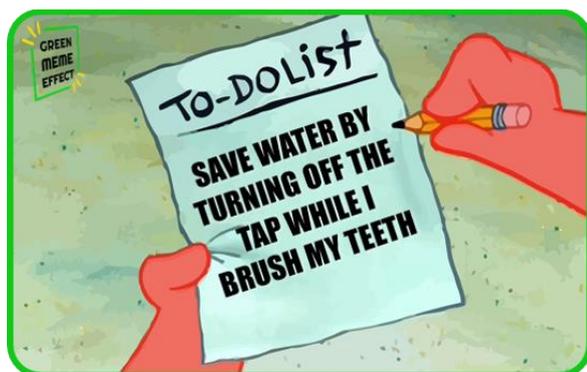
As micro-intervenções verbais e visuais deverão motivá-los a interessar-se por competências ecológicas, a tentar adotar comportamentos e hábitos mais sustentáveis e, em última análise, a participar em iniciativas locais/regionais que apoiem um futuro sustentável. Além disso, o projeto oferece oportunidades de baixo limiar para se tornar ativo através do voluntariado e implementar actos ecológicos de solidariedade (por exemplo, limpeza organizada de rios/praias/florestas) que podem ser facilmente prosseguidos após a sua conclusão.

Ao capacitar os jovens para se tornarem verdadeiros agentes de mudança e ao fornecer-lhes uma vasta gama de materiais acessíveis e de utilização rápida, permitimos que se sintam incluídos na sua comunidade local como participantes cívicos e sociais activos

Por que razão devo utilizar a MEME Micro-Interventions?

Basicamente, queremos que a mensagem que estamos a tentar enviar se fixe no nosso grupo-alvo. Há muitas maneiras de atingir esse objetivo e o projeto GREEN MEME EFFECT opta por seguir o caminho do humor e da narrativa visual. Quanto mais breve, melhor! Um meme pode transportar uma mensagem através de uma declaração ou hashtag, apoiada por uma imagem que se possa relacionar. Se suscitar um sorriso ou uma gargalhada, pode ser partilhado com mais pessoas e, com um pouco de sorte, a mensagem subjacente fica nas pessoas e inspira-as a agir em conformidade, criando a centelha de mudança que estamos a tentar promover! Vejamos um exemplo:





Este meme utiliza uma cena do filme "Spongebob Squarepants" em que a personagem escreveu uma lista de afazeres. Para criar o meme, o texto é alterado com o que o criador do meme quiser partilhar.

Para criar uma micro-intervenção, esta foi substituída pelo lembrete de desligar a água enquanto escova os dentes.

Como é que funciona?

O projeto GREEN MEME EFFECT fornece uma série de pequenos recursos que podem ser utilizados como micro-intervenções. Utilizamos Memes e humor para transmitir as mensagens aos jovens (e a qualquer outra pessoa que se sinta abordada).

Se é um ator-chave no espaço social da juventude, por exemplo, um professor ou um pai ou alguém que luta por uma causa ecológica com a sua ONG ou empresa, é livre de utilizar os nossos recursos. Ou pode utilizá-los como inspiração e criar os seus próprios recursos utilizando ferramentas em linha gratuitas.

Que recursos oferece o projeto GREEN MEME EFFECT?

No âmbito do projeto, estamos a desenvolver uma série de recursos nas línguas nacionais dos nossos países parceiros: inglês, alemão, grego, italiano, português e sueco.

Recursos	Informações	Disponibilidade
Coleção de Meme Verde	Uma coleção crescente de memes verdes que criámos	Descarregar PNGs ou GIFs no nosso sítio Web
Conjuntos de autocolantes (digital)	Autocolantes digitais baseados em memes verdes e na mascote do nosso projeto. À medida que o projeto avança, vamos acrescentando conjuntos à coleção.	Aplicação de autocolantes do WhatsApp No GIPHY No Tenor
Conjuntos de autocolantes (físicos)	Estes autocolantes são produzidos pela parceria e estão disponíveis para descarregamento em PDF para posterior produção.	Ou imprima-os utilizando os modelos em PDF no nosso sítio Web . Pergunte a uma das organizações parceiras se tem algum para distribuir!
Campanha nas redes sociais	Desafios semanais publicados nas nossas redes sociais	Facebook





Recursos	Informações	Disponibilidade
"Green Challenges		Instagram YouTube TikTok
Calendário dos Desafios Verdes	Um calendário de uma página (tamanho A3) para utilização digital e impressa para adicionar um hábito verde em cada semana. Existe até um modelo vazio que pode preencher com as suas próprias ideias!	Ver e descarregar no nosso sítio Web
Stencils de efeito Meme verde	Destina-se a ser utilizado para arte ecológica a giz ou para plantar, por exemplo, flores ou agriões em padrões significativos, ou para colocar em T-shirts ou sacos com tinta para tecido.	Descarregar modelos em PDF (tamanho A4) no nosso sítio Web
GREEN MEME EFFECT Jogo	Um jogo educativo e envolvente desenvolvido pela parceria.	Disponível para jogar online no nosso sítio Web . Adicionalmente, todos os materiais estão disponíveis para download para produção física também.
Cartões informativos verdes, vídeos, publicações em blogs, questionários envolventes	<p>12 cartões informativos com memes e informações sobre temas ecológicos relevantes e o que se pode fazer a esse respeito.</p> <p>Os cartões informativos também estão disponíveis como vídeos no sítio Web e nos canais das redes sociais do projeto.</p> <p>Os cartões informativos e os vídeos estão ligados a publicações no blogue com informações mais aprofundadas sobre os temas e a questionários interessantes no final.</p>	No sítio Web do projeto e em todos os nossos canais de redes sociais (calendário de publicação faseada durante 2024).
Conceito pedagógico das Jornadas Temáticas Verdes	O conceito pedagógico inclui as 16 Ideias Verdes para o Dia Temático, acompanhadas de resultados de aprendizagem e recomendações para uma implementação bem sucedida.	Ver e descarregar o conceito pedagógico no nosso sítio Web .





Recursos	Informações	Disponibilidade
ideias para dias temáticos verdes	A parceria criou um conjunto de ideias abrangente para 16 Dias Temáticos Verdes diferentes. Inclui listas de tarefas, listas de compras/preparação, modelos de cartazes e convites.	Veja o conjunto de ideias para os Dias Temáticos Verdes em PDF completo ou consulte as publicações de blogue individuais sobre cada Dia Temático no nosso sítio Web .

Como é que posso criar as minhas próprias micro-intervenções Meme?

Deve ter uma ideia da mensagem que quer transmitir e depois escolher um formato de meme adequado. Certifique-se de que está a utilizar o formato corretamente, olhando para alguns memes existentes que utilizam o mesmo modelo. Um bom começo é utilizar o Google, o GIPHY (<https://giphy.com/>) ou o TENOR (<https://tenor.com/>) e escrever uma ou duas palavras-chave que queira exprimir. Se já souberes os nomes de alguns memes, ótimo! Mas se não souberes, não te preocupes. Pode começar por inserir uma emoção que queira transmitir ou qualquer outra palavra-chave. Alguns formatos de memes ou GIFs já funcionam muito bem se apenas adicionar uma nova linha de etiqueta ou hashtag, outros requerem um pouco mais de criatividade.

Há muitas ofertas de software de memes diferentes e gratuitas disponíveis. Um que utilizamos e recomendamos é o sítio Web "IMGFLIP" (<https://imgflip.com/>), onde pode escolher entre vários modelos e inserir o seu próprio texto. Os memes e GIFs resultantes podem depois ser publicados na página ou descarregados em modo privado.

Antes de começar, tenha em conta que os memes são normalmente criados por utilizadores individuais com o objetivo de entretenimento, pelo que também existem alguns memes que utilizam linguagem inadequada e não são seguros para contextos profissionais. Recomendamos uma utilização cautelosa de sítios Web externos e, se não tiver a certeza absoluta de que um formato de meme é adequado para o seu objetivo, verifique a sua origem, por exemplo, através do sítio Web KnowYourMeme (<https://knowyourmeme.com/>).

Mas o mais importante é que se divirtam a criar as vossas próprias Micro-Intervenções Meme! Porque só se gostarem dos vossos memes é que há uma hipótese de outra pessoa também gostar!

Quando e onde devo utilizar as Micro-Intervenções Meme?

Resumindo: onde e quando quiser. Eis algumas ideias:

- ▶ Pode colocar um meme (impresso ou como autocolante) num interruptor de luz para lembrar alguém de desligar as luzes ou por cima do lavatório para lembrar a pessoa de poupar água enquanto escova os dentes.



- ▶ Utilize memes e autocolantes digitais nas suas conversas virtuais, e-mails, boletins informativos, apresentações, publicações nas redes sociais e muito mais. Ajudam a transmitir a sua mensagem e a melhorar o ambiente.
- ▶ Pode imprimir o calendário dos desafios ecológicos - o nosso calendário pré-fabricado ou o modelo vazio no qual pode colocar os seus próprios desafios e hábitos ecológicos! Pendure-o como um poster no seu escritório, na sala de aula ou em casa, onde o possa ver todos os dias.
- ▶ Utilize os stencils para transferir os motivos para têxteis (t-shirts, sacos), paredes ou pavimentos que possua ou utilize giz ecológico que se lava com a próxima chuva. Pode até plantar flores ou agriões com estes motivos - deixe que a sua imaginação seja o limite, mas não danifique bens ou objectos que não sejam seus.
- ▶ Utilize os cartões verdes de informação como material informativo para distribuir aos jovens com quem está a trabalhar. Leia as publicações do blogue em conjunto ou discuta como implementar os apelos à ação propostos. Há 12 tópicos disponíveis em todas as nossas línguas! Utilize-os impressos ou em formato digital, ou como vídeos, se quiser acrescentar um pouco de conhecimento à conversa.
- ▶ Se é uma empresa, uma ONG ou um decisor político, considere a possibilidade de utilizar um meme nos seus canais das redes sociais para se tornar a si próprio e a sua mensagem mais tangíveis para os jovens.
- ▶ Por último, se se sentir experiente na utilização de memes e da linguagem dos memes, experimente utilizar termos ou afirmações semelhantes às legendas dos memes nas conversas do dia a dia com os jovens. Não em demasia, mas por vezes pode ser o catalisador para chamar a atenção para um problema de uma forma humorística que os leve a rir e a agir ao mesmo tempo.

E se os jovens não gostarem do meu meme?

Realisticamente, este é um resultado potencial. Utilizar um meme é como contar uma anedota - não há garantia de que toda a gente vai gostar. E como os memes evoluem ao longo do tempo, provavelmente quando os adultos o encontrarem e utilizarem, pode já ser considerado "retro" pelos jovens. Mas não desespere - retro não significa mau! Há memes que já existem há uma década ou mais e que continuam a ser populares.

Em caso de dúvida, pode pedir aos jovens que lhe recomendem um formato de meme ou deixá-los mostrar-lhe os seus favoritos. Pode até deixá-los fazer um concurso de memes ou de legendas para os envolver mais!





**GREEN MEME EFFECT: Greenfluencing
microinterventions in physical and digital
social space of youth to foster eco-friendly and
sustainable behaviours.**

www.green-meme-effect-eu



**Co-funded by
the European Union**

Financiado pela União Europeia. Os pontos de vista e as opiniões expressas são as do(s) autor(es) e não refletem necessariamente a posição da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia da Educação e da Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser tidos como responsáveis por essas opiniões.2022-2-AT01-KA220-YOU-000096509