



TRANSLÚCIDO

PROMOTORES DE EMPATIA

**Uma das melhores maneiras de
desenvolver empatia é conhecendo
histórias de vida.**

*Todos temos voz e todos devemos ser
ouvidos*



People inspire people é um projeto que visa promover a empatia, o diálogo e a diversidade por meio da partilha de histórias pessoais narradas diretamente pelos próprios protagonistas.

O objetivo é fortalecer a compreensão entre pessoas de diferentes origens, promovendo respeito e inclusão na sociedade.

Convidamos-te a contares a tua história e fazeres parte desta comunidade de pessoas que inspira outras pessoas.

_SER VOLUNTÁRIO

Queres contar-nos a tua história e, também tu, inspirares outras pessoas? Esperamos ter-te como um/a “People Inspire People”.

EXEMPLOS DE TEMÁTICAS

- Um hobby e o que aprendeste com ele
- Uma conquista da tua vida
- Uma aprendizagem marcante
- Outras experiências que queiras partilhar

ORIENTAÇÕES PARA GRAVAÇÃO DE ÁUDIO

- Escolhe um ambiente silencioso
- Escreve previamente o que queres dizer
- Usa um microfone, se possível
- Fala de frente para o microfone e a cerca de 10 cm da boca (não encostes para evitar sons de respiração)
- Fala claramente e com naturalidade
- Faz testes antes de gravar Utiliza o Audacity ou outro programa semelhante

ESTRUTURA SUGERIDA PARA O ÁUDIO

- Escolhe a temática
- Conta o que aconteceu
- Explica o que sentiste
- Revela como superaste/fizeste
- Partilha a moral ou aprendizagem positiva

TEMPO DE ÁUDIO

- Mínimo: 1 minuto
- Máximo: 15 minutos

TRANSLÚCIDO

Áudios já disponíveis

geral@translucido.pt

+351 926000761