



STAYCONNECTED

Ficha de trabalho de reflexão



Experiência de sessão	
Quais eram os seus objetivos no início da sessão? Conseguiu atingi-los? Porquê ou porque não?	
Que parte da sessão (por exemplo, debates, dramatizações, planeamento de ações) considerou mais interessante? Porquê?	

Principais conclusões por tópico		
Tópico	Principais conhecimentos ou aprendizagens	Ideias para aplicar no seu trabalho
1. Definições de inclusão digital, ligação social e bem-estar		
2. Importância do bem-estar digital em locais de trabalho híbridos		
3. Barreiras à inclusão digital (por exemplo, viés de proximidade, multitarefas)		
4. Desafios de comunicação e técnicas inclusivas		
5. Planeamento de ações para o bem-estar digital		



e a inclusão da equipa		
---------------------------	--	--

Impacte da sessão e próximas etapas

Qual é a ação concreta que vai tomar para melhorar o bem-estar digital e a inclusão na sua equipa?	
Como é que vai medir o sucesso desta ação?	

Feedback da sessão

De que é que gostou mais na sessão?	
O que poderia ser melhorado em sessões futuras?	

Notas adicionais

Utilizar este espaço para quaisquer pensamentos ou ideias adicionais



STAY CONNECTED

innovADE
LEADERSHIP IN INNOVATION



The Rural Hub

INSTITUTE OF DEVELOPMENT
N. CHARALAMBOUS

BRCCI
Bulgarian-Romanian Chamber
of Commerce and Industry

GEINNOVA

mindshift



**Cofinanciado pela
União Europeia**



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. Projeto número: 2023-1-BG01-KA220-VET-000153460