



TOOLKIT COMUNICAR PARA AGIR



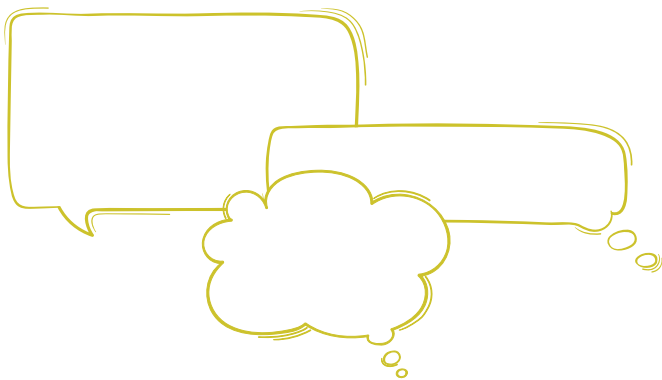
INTRODUÇÃO

A comunicação desempenha um papel decisivo na construção de comunidades informadas, participativas e resilientes. Especialmente em contextos rurais, onde os desafios associados ao uso do solo, à agricultura, à habitação, à migração e às políticas territoriais são particularmente sentidos. Ao mesmo tempo, **estes territórios possuem uma força única: redes locais fortes, laços comunitários profundos, culturas próprias e uma relação direta com a terra.**

Este mini-manual foi criado para apoiar jovens que desejam comunicar melhor as suas causas, projetos e preocupações, seja para fortalecer a sua comunidade, promover práticas agrícolas mais sustentáveis, defender o acesso justo à terra ou inspirar outras pessoas a envolverem-se. Aqui, encontrarás estratégias simples e eficazes para usar meios de comunicação locais, ferramentas de jornalismo cidadão acessíveis, exemplos reais de ativismo rural na Europa e ideias práticas para ocupar o espaço público e mediático com propósito.

Ao longo do manual, fazemos também uma ligação fundamental: os solos, a base da vida, da alimentação, da habitação, da economia e até de conflitos e disputas, são também uma metáfora poderosa para diferentes formas de ativismo. Tal como nos ecossistemas subterrâneos, cada pessoa pode desempenhar um papel diferente no movimento pela mudança. Nem todos precisam de estar na linha da frente: alguns cuidam, outros reparam, outros conectam ou inspiram.

Este manual convida-te a descobrir o teu papel, a amplificar a tua voz e a agir com intenção, partindo do lugar onde vives, com os recursos que tens e com a força da tua comunidade.



A IMPORTÂNCIA DO STORYTELLING

Somos seres feitos de histórias: é através delas que aprendemos, que criamos ligação com os outros e que damos rosto humano a temas complexos. **As histórias permitem-nos resistir, imaginar futuros diferentes e compreender o mundo de forma mais profunda.** Ao narrarmos experiências reais, tornamo-nos capazes de mobilizar comunidades, inspirar ação e transformar conhecimento em impacto.

As histórias também melhoram drasticamente a retenção de memória, tornando a informação até 22 vezes mais memorável do que factos isolados. Além disso, ao envolver-nos profundamente numa narrativa, um processo conhecido como *narrative transportation*, as histórias têm o poder de influenciar crenças, mudar perceções e transformar comportamentos.

Contar histórias pode gerar impacto de múltiplas formas, servindo como uma ferramenta versátil para diferentes tipos de campanhas. As narrativas podem sensibilizar, ajudando o público a compreender a profundidade de um problema, ou educar, transmitindo conhecimento, ferramentas e soluções de forma acessível. Podem também mobilizar comunidades, incentivando a ações coletivas, e fortalecer movimentos de protesto e resistência contra injustiças. Para além disso, as histórias desempenham um papel essencial na defesa de causas e no lobby político, influenciando políticas públicas. São igualmente poderosas na angariação de fundos, ao inspirar donativos, e no recrutamento de novas pessoas que se identificam com a causa e desejam contribuir para o seu avanço.



COMO PASSAR A MENSAGEM DE FORMA EFICAZ



ANTES DE MAIS, REFLETE

Começa com uma faísca. Que emoções queres despertar? Curiosidade, esperança, raiva, empatia?

Quem é o teu público? Quais são as suas lutas, valores, sonhos e medos? Apresenta personagens com as quais o público se identifica. Quem dá vida à tua mensagem?

Cria tensão e aumenta a importância da história. O que está em risco? O que precisa de mudar?



UMA HISTÓRIA FORTE PRECISA DE ESTRUTURA E PROPÓSITO

Ancora-a numa mensagem clara: Que verdade estás a revelar?

Mostra, não contes: Deixa que as imagens transmitam emoção e significado.

Oferece soluções e esperança: Inspira transformação, não apenas consciencialização.

Inclui uma chamada à ação: O que pode/deve o teu público fazer a seguir?



E NÃO TE ESQUEÇAS DO PANORAMA GERAL

Destaca as pessoas e os lugares na linha da frente.

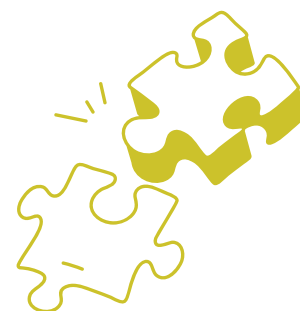
Mostra como o local se liga ao global – a justiça climática está sempre presente.

Utiliza a proximidade e os recursos visuais para aproximar as pessoas – emocional, política e geograficamente.

Desmascara soluções falsas e fundamenta a tua narrativa em soluções e exigências reais.

**É A TUA HISTÓRIA.
FAZ COM QUE SEJA IMPORTANTE E CRIE MUDANÇA.**

INGREDIENTES ESSENCIAIS PARA NARRATIVAS SOBRE AÇÃO CLIMÁTICA



PESSOAS

*Dá destaque a indivíduos e/ou comunidades.
As pessoas reais despertam empatia e conexão.
Mostra a sua capacidade de ação, não apenas o seu sofrimento.*

PROXIMIDADE

Aproxima o público e utiliza a emoção, o contexto e as referências culturais para reduzir a distância geográfica, emocional e política.

ESCALA

Liga o local ao global. Explica como as pequenas histórias refletem questões sistémicas ou como as grandes ideias estão enraizadas em lugares específicos.

VISUALIZAÇÃO

Pensa em imagens, ajuda as pessoas a visualizar o que não conhecem. Utiliza linguagem sensorial, ritmo, tensão e resolução.

O QUE TORNA UMA HISTÓRIA ESTRATÉGICA?

HISTÓRIAS DA LINHA DA FRENTE

Conta as histórias certas e sempre com foco nas pessoas, sobretudo nas mais afetadas pelo problema ou que contribuem ativamente para a solução. Dá vida à realidade delas com exemplos vívidos.

CONTEXTO HISTÓRICO E POLÍTICO

Explica as causas profundas e o contexto sistémico do problema para que o público compreenda o quadro completo e não apenas o sintoma, mas também o sistema.

SOLUÇÕES E DEMANDAS

Apresenta as soluções mais eficazes e explica porque são importantes. Expõe soluções falsas quando necessário e usa a emoção para apoiar o apelo à mudança real.

CHAMADA À AÇÃO

Termina sempre com um convite à ação, para curto ou longo prazo. As ferramentas de cocriação (como os desafios de storytelling) e o conteúdo gerado pelo utilizador (CGU) também podem ser poderosas.





COMO CONTAR A TUA HISTÓRIA

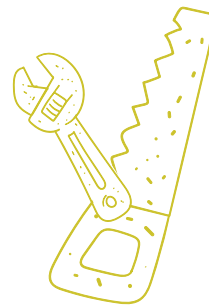
Contar a tua história é um exercício de enraizamento e imaginação. Podes começar pelas tuas raízes e pelas relações que moldaram o teu olhar: as lições que a terra te ensinou, as tradições que carregas e os sabores, cheiros e sons da tua casa que merecem ser preservados. As histórias do solo ajudam-nos a relacionar emoção com conhecimento e deixam, muitas vezes, um apelo implícito, um convite a cuidar daquilo que está a desaparecer ou a transformar-se.

A seguir, deixa que a tua comunidade e o teu lugar ganhem voz. Conta a história de alguém da tua zona que tenha feito a diferença, de um espaço local que guarda memórias e do que aconteceria se ele desaparecesse. Mostra o que torna a tua região única e porque vale a pena protegê-la ou celebrá-la. Ao ligares a tua história à do território, crias um sentido de pertença que ecoa em quem te lê ou ouve.

Também é importante mostrar como as crises e mudanças estão a afetar a tua vida quotidiana. Que sinais de alterações climáticas já observas à tua volta? Como respondem, ou deixam de responder, as pessoas da tua comunidade? Estas narrativas de adaptação, luta ou resistência revelam resiliência e mostram caminhos possíveis entre tradição e inovação: como o conhecimento ancestral pode moldar futuros mais justos, que novas ferramentas trazem esperança e o que acontece quando a sabedoria local se cruza com soluções digitais.

Por fim, deixa espaço para o futuro e para a ação. Imagina como estará a tua zona em 2035 se tudo correr bem e nomeia o futuro que queres rejeitar. Que sonho te move? Que momento mudou a tua perceção do mundo? A tua história ganha força quando termina com um apelo claro: aquilo que queres que as pessoas sintam, façam ou defendam. Uma pequena história de impacto ou resistência pode tornar-se a faísca que inspira outros a agir também.

Lembra-te, tenta sempre: evocar emoção, nomear um problema, sugerir uma solução e inspirar ação.



FERRAMENTAS PARA CONTAR HISTÓRIAS

CANAIS

Comunicação direta:

SMS, WhatsApp, e-mail, conversas presenciais

Plataformas digitais:

sites, blogs, newsletters

Redes Sociais:

Instagram, TikTok, Facebook, Threads, LinkedIn

Áudio e voz:

podcasts, rádio comunitária, mensagens de voz

Media e jornalismo:

artigos, entrevistas, editoriais, reportagens de investigação

Jornais e rádios locais:

Imprensa regional, estações locais

Espaços comunitários:

rodas de conversa, assembleias, reuniões locais, feiras, encontros

Arte e cultura:

Fanzines, posters, teatro, fotografia, ilustração, museus, eventos

Memória e arquivos:

Cartografias, histórias orais, narrativas intergeracionais

Comunicação subversiva e de guerrilha:

Autocolantes, murais, flash mobs, projeções

FORMATOS

Vídeos:

Reels, TikToks, spoken word

Carrosséis:

narrativa informativa e emocional

Ensaaios fotográficos:

sequências que mostram, não contam

Ilustração e animação:

desenhos, GIFs, stop-motion, vídeos explicativos

Mapas e linhas do tempo:

cartografias da memória ou de futuros imaginados

Fanzines e posters:

para descarregar, imprimir, “faça você mesmo”,
partilháveis online e offline

Performances e exposições:

narrativa ao vivo, teatro

Memes e murais:

táticas de guerrilha para provocar e informar

FERRAMENTAS

O teu telemóvel!

Câmara, notas de áudio, capturas de ecrã, conversão de texto em voz

CapCut / InShot

Edição de vídeo fácil para reels e TikToks

Canva

Modelos para carrosséis, posters e zines

Spotify for Creators

Gravar e distribuir histórias em áudio

Flipaclip / Stop Motion Studio

Animação simplificada

Lumen5

Gere vídeos automaticamente a partir de texto

Unsplash / Pexels / Pixabay

Imagens e vídeos grátis

Iconscout / Noun Project

Ícones e ilustrações grátis

Biblioteca de áudio do YouTube

Músicas e efeitos sonoros livres de direitos de autor

Padlet / Miro / Google Jamboard

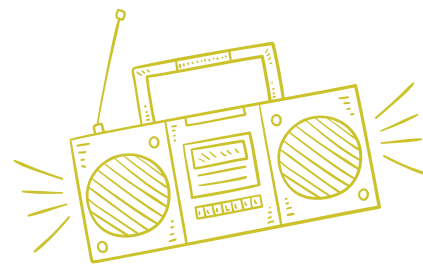
Murais colaborativos e quadros de ideias

Instagram / TikTok / Threads / Facebook / LinkedIn / YouTube

Publicar, alcançar e envolver

Notion / Trello / Google Drive

Planeamento de ideias, guardar inspirações e acompanhar progressos



COMO USAR MEDIA LOCAIS PARA AMPLIFICAR CAUSAS

As comunidades rurais têm uma riqueza comunicacional própria: rádios que muitos ouvem, jornais que circulam de mão em mão, associações que funcionam como verdadeiras redes sociais *offline*. Estes meios, que muitas vezes são subestimados, são ferramentas poderosas para amplificar causas locais, dar visibilidade a problemas relacionados com o solo e o território, e mobilizar a comunidade para ações concretas. Usá-los de forma estratégica torna possível alcançar públicos que permanecem fora das lógicas das redes digitais e fortalece a coesão e participação comunitária.

Na prática:

RÁDIO COMUNITÁRIA

- 🎧 Produzir pequenos segmentos informativos sobre temas locais (agricultura regenerativa, direitos sobre a terra, habitação rural).
- 🎧 Criar entrevistas com agricultores, jovens líderes, ou especialistas em solos.
- 🎧 Envolver escolas na criação de mini-programas.

JORNAIS LOCAIS

- 🎧 Enviar artigos curtos com dados relevantes e histórias reais.
- 🎧 Publicar crônicas sobre mudanças no território e desafios ligados ao solo.

REDES LOCAIS E ASSOCIAÇÕES

- ☞ Participar em reuniões comunitárias e apresentar projetos.
- ☞ Divulgar iniciativas em murais, feiras e mercados.

ATIVISMO RURAL EUROPEU: EXEMPLOS INSPIRADORES



1

QUANDO UMA HISTÓRIA LOCAL ENTRA NO JORNAL REGIONAL

Contexto

Numa aldeia do interior, um grupo de jovens começa a perceber que cada vez mais pessoas estão a ser afastadas da habitação local devido à pressão turística e ao aumento das rendas. O tema é recorrente nas conversas informais, mas raramente aparece nos media.

O que foi feito

O grupo decidiu começar por escutar. Recolheu três histórias reais de pessoas afetadas: uma agricultora que perdeu a casa onde sempre viveu, um jovem que queria ficar na terra mas não consegue pagar renda, e uma pessoa idosa que passou a viver em casa de familiares.

Escolheram uma dessas histórias e escreveram um texto curto, centrado na vida dessa pessoa, ligando o testemunho a dados simples sobre habitação no concelho. Enviaram o texto ao jornal regional e à rádio local.

Resultado

A história foi publicada. A partir daí, o tema passou a ser discutido publicamente e o grupo foi convidado a apresentar a situação numa reunião aberta da comunidade.

Aprendizagem

Uma história concreta, situada e humana pode abrir espaço para debates políticos mais amplos quando é bem contada e contextualizada.

2

REDES SOCIAIS COMO EXTENSÃO DO TERRITÓRIO

Contexto

Num território rural, jovens envolvidos em práticas agrícolas sustentáveis sentem que o debate ambiental é frequentemente urbano e distante da sua realidade.

O que foi feito

Criaram uma pequena série de vídeos curtos, gravados com telemóvel, onde cada vídeo mostrava uma pessoa real, uma prática concreta ligada à terra e uma explicação simples do porquê daquela escolha.

Os vídeos usavam linguagem acessível, imagens do quotidiano e terminavam sempre com uma pergunta dirigida a quem assistia.

Resultado

Os conteúdos começaram a ser partilhados por escolas, associações e outras comunidades rurais. Algumas pessoas da região passaram a reconhecer-se nas histórias e a sentir que o seu conhecimento também tinha valor público.

Aprendizagem

Comunicar não é parecer profissional. É ser claro, honesto e próximo.

3

RÁDIO COMUNITÁRIA COMO ESPAÇO DE PARTICIPAÇÃO CÍVICA

Contexto

Numa região com acesso limitado à internet, a rádio local continua a ser o meio mais ouvido e respeitado pela comunidade.

O que foi feito

Um grupo de jovens propôs à rádio comunitária um espaço mensal de 15 minutos. Cada emissão seguia a mesma estrutura: uma história pessoal ligada ao território, um problema coletivo associado e uma pergunta aberta à comunidade.

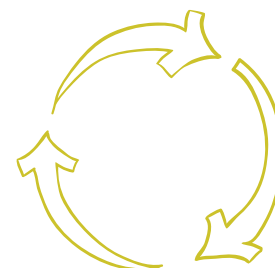
Resultado

O programa passou a receber mensagens de ouvintes, incluindo pessoas mais velhas que partilhavam memórias e experiências. O diálogo entre gerações fortaleceu-se.

Aprendizagem

Os media locais são ferramentas centrais de participação democrática, sobretudo em contextos rurais.

EXERCÍCIOS COLABORATIVOS E ATIVIDADES PRÁTICAS



EXERCÍCIO 1 : A HISTÓRIA QUE SÓ EXISTE AQUI

Objetivo

Identificar narrativas locais invisibilizadas.

Como fazer

Em grupo, cada pessoa responde por escrito:

- ☉ *Que história da nossa terra nunca aparece nos media*
- ☉ *Quem raramente é ouvido*

Partilham as respostas e escolhem uma história para desenvolver coletivamente.

Resultado

Uma narrativa enraizada no território, com potencial para mobilizar a comunidade.

EXERCÍCIO 2 : MAPA DE COMUNICAÇÃO DO TERRITÓRIO

Objetivo

Perceber onde e com quem comunicar.

Como fazer

Num papel grande, desenhar o território e identificar:

- 🕒 *Quem decide*
- 🕒 *Quem informa*
- 🕒 *Quem escuta*

Associar cada ator aos canais possíveis: rádio, jornal, escola, associações, redes sociais.

Resultado

Uma estratégia de comunicação realista e adaptada ao contexto local.

EXERCÍCIO 3 : DO TESTEMUNHO À AÇÃO

Objetivo

Evitar histórias que ficam apenas na emoção.

Como fazer

Cada pessoa escreve um testemunho curto. Em pares, discutem:

- 🕒 *Que problema estrutural está por trás desta história*
- 🕒 *Que mudança concreta poderia acontecer*

Reescrevem o final incluindo uma chamada à ação clara.

Resultado

Histórias que informam, politizam e mobilizam.

EXERCÍCIO 4 : PAPÉIS NO ECOSISTEMA DO ATIVISMO

Objetivo

Reconhecer diferentes formas de participação e evitar sobrecarga.

Como fazer

Apresentar os diferentes papéis no ecossistema do ativismo.

Cada pessoa identifica onde se sente mais confortável hoje.

O grupo discute que papéis estão ausentes ou sobrecarregados.

Resultado

Movimentos mais equilibrados, sustentáveis e conscientes.

EXERCÍCIO 5 : PROTOTIPAR SEM PERFEIÇÃO

Objetivo

Passar da ideia à ação rapidamente.

Como fazer

Em 60 minutos, criar um post, um cartaz simples e uma mensagem para WhatsApp usando apenas ferramentas acessíveis.

O foco é experimentar, não aperfeiçoar.

Resultado

Redução do medo de comunicar e aumento da autonomia.

Os exemplos e exercícios apresentados neste manual são inspirados em práticas reais de comunicação comunitária, ativismo rural, educação popular e jornalismo cidadão, documentadas por organizações e projetos como:

🕒 **Rurall**

Promove a cidadania ativa em áreas rurais, mobilizando jovens para ação climática, ambiente e participação política no meio rural.

<https://www.rurallproject.eu/>

🕒 **La Vía Campesina**

Movimento internacional com forte presença na Europa, que defende a agricultura familiar, soberania alimentar, direitos dos pequenos produtores e justiça agrícola.

<https://viacampesina.org/en/>

🕒 **Myvillages**

Coletivo artístico-cultural germano-neerlandês que repensa o rural como espaço de cultura, identidade e produção, desafiando a dicotomia urbano/rural e celebrando a ruralidade como lugar de inovação social e criatividade.

<https://www.myvillages.org/>

🕒 **Projetos destacados pela EU CAP Network: “Roots in Nature: Local Projects Bringing Hope and Change”**

Uma seleção de projetos rurais premiados ou reconhecidos por restaurar ecossistemas, recuperar terras abandonadas, promover agroecologia e fortalecer comunidades rurais em vários países da Europa.

https://eu-cap-network.ec.europa.eu/publications/roots-nature-local-projects-bringing-hope-and-change_en

🕒 **FAO – Communication for Development**

A Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura (FAO) promove a comunicação participativa como ferramenta de desenvolvimento rural. Através do ComDev usa comunicação participativa (rádio, vídeo, diálogo comunitário) para apoiar o desenvolvimento rural, fortalecer a participação local e melhorar a tomada de decisões.

<https://www.fao.org/communication-for-development>

🕒 **UNESCO – Community Media**

A UNESCO promove e apoia media comunitários como ferramentas de participação cidadã, liberdade de expressão e inclusão de vozes locais nos debates públicos.

<https://www.unesco.org/en/community-media>

🕒 **Climate Outreach – Narrative Power for Climate Action**

Trabalha com pesquisas, orientação estratégica, formação e ferramentas que facilitam conversas públicas mais inclusivas e impactantes sobre clima e natureza, incluindo participação em eventos como COP e produção de relatórios e guias de comunicação.

<https://climateoutreach.org>

🕒 **UNICEF – Youth Advocacy Toolkit**

É um recurso prático destinado a jovens que querem aprender a organizar e liderar campanhas de advocacy nas suas comunidades. Este material oferece orientações para ajudar os jovens a identificar as questões que querem mudar, planejar uma campanha, envolver decisores políticos e comunicar com o público e media.

<https://www.unicef.org/innovation/youth-advocacy-toolkit>

🕒 **International Institute for Environment and Development (IIED)**
– Participatory Learning and Action

Abordagem e série de publicações focadas em processos participativos de aprendizagem e ação com comunidades locais. O objetivo é colaborar com pessoas e grupos para analisar, planejar e agir sobre questões que lhes dizem respeito, usando métodos que valorizam o conhecimento local e promovem a participação ativa.

<https://www.iied.org/participatory-learning-action>

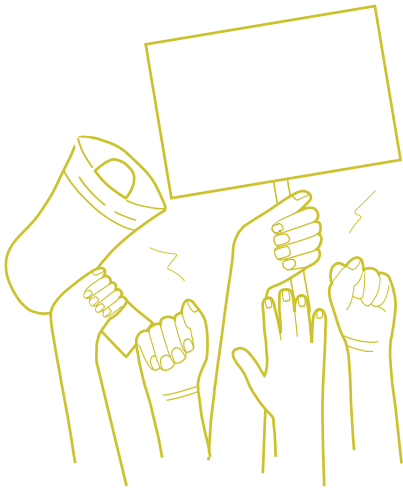
🕒 **AMARC – World Association of Community Radio Broadcasters**

Rede internacional que agrupa estações de rádio comunitárias e organizações de radiodifusão participativa em todo o mundo. Promove solidariedade, cooperação internacional e liberdade de expressão, e trabalha para que as rádios comunitárias tenham voz em processos sociais e políticos em nível local e global.

<https://amarc.org>

Nota

Os exemplos apresentados não são modelos fechados. São pontos de partida. Cada território, cada comunidade e cada pessoa deve adaptar estas ferramentas à sua realidade, recursos e necessidades.



ATIVISMO: NEM TODOS PRECISAM ESTAR NA LINHA DA FRENTE

Frequentemente, o ativismo é imaginado como algo que acontece sob a luz dos holofotes: manifestações, discursos, confrontos ou ações diretas. Contudo, tal como no solo, onde a maior parte da vida ocorre longe da vista, também os movimentos sociais dependem de forças invisíveis, discretas e diversas. A vida subterrânea ensina-nos que a sobrevivência e a regeneração só acontecem quando cada organismo cumpre o seu papel, e o mesmo se aplica às lutas coletivas.

AJ Hawkins, fundadora e diretora criativa da KALMA que utiliza a sua plataforma online para criar conteúdos sobre as intersecções entre morte, luto, deficiência e justiça social, criou uma metáfora entre a vida subterrânea e o ativismo. Nesta metáfora, entendemos que nem todos precisam de ocupar a linha da frente para gerar impacto. **Há quem provoque mudanças silenciosas, quem cuide, quem proteja, quem repare e quem inspire. Cada função, tal como nos ecossistemas subterrâneos, contribui para um movimento mais resiliente, mais criativo e mais capaz de atravessar crises.**

Reconhecer estes diferentes papéis é libertador: permite que cada pessoa encontre o seu lugar sem comparação, sem culpa e sem a pressão de “fazer tudo”. Mostra-nos que o ativismo não é um molde único, mas um ecossistema vivo, diverso, interdependente e fértil, onde todas as formas de contribuição têm valor.

The Offender Bactérias

Tal como as bactérias que iniciam processos invisíveis mas fundamentais, estas pessoas assumem riscos e desafiam o status quo. São as que levantam questões difíceis, quebram silêncios e desencadeiam mudanças que muitas vezes só se tornam visíveis mais tarde. Agem “de dentro para fora”, provocando transformações profundas.

The Defender Milípedes

Os defensores são como os milípedes: discretos, firmes e protetores. Em momentos de perigo (social, ambiental ou comunitário) são quem se coloca entre a ameaça e o resto do grupo. Defendem pessoas vulneráveis, preservam espaços importantes e mantêm viva a coragem necessária para resistir.

The Tender Minhocas

As minhocas cuidam do solo tornando-o fértil, e os *tenders* fazem o mesmo com a comunidade. Oferecem apoio emocional, mantêm a coesão entre as pessoas, cuidam dos jardins, das relações e dos espaços onde a vida floresce. O seu ativismo é silencioso, mas absolutamente vital para sustentar qualquer movimento.

The Mender Fungos

Tal como os fungos que decompõem, reciclam e regeneram ecossistemas, estas pessoas reparam o que está partido, desde objetos, a relações, processos, e grupos. São mediadores naturais: transformam conflitos em diálogo, desgaste em colaboração e perda em renovação. Criam condições para que tudo volte a crescer.

The Pretender Besouros

Os *pretenders* movem-se como besouros pelo subsolo: discretos, ágeis e estratégicos. Sabem navegar espaços hostis, transportar informação importante e proteger recursos essenciais. Trabalham nos bastidores para garantir segurança, logística e continuidade. Uma espécie de ativismo de camuflagem que mantém o movimento vivo.

The Connector Térmitas

Como térmitas que constroem cidades subterrâneas iguais a redes vivas, os *connectors* ligam pessoas, ideias, lugares e projetos. Fazem pontes entre comunidades, facilitam parcerias e garantem que a informação chega onde faz falta. Criam canais que tornam o coletivo mais forte, mais ágil e mais inteligente.

The Upender Borboletas

Tal como a borboleta simboliza metamorfose, estas pessoas são artistas, visionárias e imaginadoras de futuros possíveis. Inspiram esperança e mostram que outras realidades podem existir. O seu ativismo não é confrontacional, mas transformador: através da criatividade, da imaginação e da arte, abrem caminhos que antes não se viam.



CONCLUSÃO

A comunicação em contextos rurais é uma ferramenta essencial para a participação cívica, para a defesa do território e para a promoção de mudanças sociais. Ao longo deste manual, vimos que usar medias locais, explorar o jornalismo cidadão, aprender com exemplos inspiradores e compreender os diferentes tipos de ativismo permite criar narrativas que conectam pessoas, conhecimentos e lugares. Contar histórias não é apenas transmitir informação: é educar, sensibilizar, mobilizar e inspirar ação.

Além disso, o manual destaca a importância de perceber o solo, literal e simbólico, como base para pensar a vida em comunidade, a sustentabilidade e a resiliência social. Assim como os ecossistemas do solo dependem de múltiplas espécies a cumprir diferentes papéis, a transformação social depende de uma diversidade de ativistas, cada um encontrando o seu lugar e contribuindo de forma única. Ao integrar ciência, criatividade e empatia nas nossas histórias, podemos amplificar causas, influenciar políticas, fortalecer comunidades e construir futuros mais justos e sustentáveis.

Que este manual sirva de guia, inspiração e convite para que cada jovem em contexto rural descubra a sua voz, encontre o seu papel e atue com propósito, sabendo que cada ação, por menor que pareça, é uma semente de mudança. A comunicação em contextos rurais é uma ferramenta essencial para a participação cívica e para a defesa dos territórios. Ao integrar estratégias de comunicação acessíveis, conhecimento sobre solos e diferentes formas de ativismo, podemos fortalecer comunidades e promover transformações positivas.



Este toolkit foi criado no âmbito do projeto Jovens 2030 – Mobilizar para Agir, promovido pelo IMVF e cofinanciado pela União Europeia, DEAR, e Camões, I.P.. Da proteção dos solos à promoção da Cidadania Global, uma iniciativa que pretende fortalecer o envolvimento das juventudes na construção de respostas transformadoras aos desafios do nosso tempo. O seu âmbito centra-se na valorização das vozes jovens que vivem fora dos grandes centros urbanos, frequentemente invisibilizadas nos processos de decisão, reconhecendo simultaneamente o papel estratégico dos territórios rurais na resposta à crise climática, social e democrática que enfrentamos.

Ao reunir ferramentas, reflexões e propostas de ação, o toolkit assume-se como um espaço de capacitação e mobilização, promovendo a cidadania ativa, a justiça territorial e a ligação entre desafios locais e globais. Parte do princípio de que os territórios rurais não são margens, mas sim lugares de inovação, resistência e futuro, fundamentais para a construção de sociedades mais sustentáveis, inclusivas e democráticas.



Ficha técnica

Direção Criativa: **Carolina Pereira (Don't Skip Humanity)**

Coordenação de Comunicação: **Joana Guerra Tadeu**

Design e Arte: **Tiago Zorro**

Produção e Operações: **Bárbara Marques**

Produzido por **Don't Skip Humanity**

Dezembro de 2025

Sabe mais no Instagram em: **@jovens2030**

Esta publicação foi cofinanciada pela União Europeia e pelo Camões, I.P. em Portugal. O seu conteúdo é da exclusiva responsabilidade do projeto "Rural Voices 2030. Engaging young rural European citizens in a gender responsive approach to soil protection" e não reflete necessariamente as opiniões da União Europeia ou do Camões, I.P.

TOOLKIT COMUNICAR PARA AGIR