



# ICTEEN



COME FAVORIRE L'INCLUSIONE DI  
ADOLESCENTI MIGRANTI CON L'USO DELLE TIC

2019-1-ES02-KA205-013278



Cofinanziato dal  
programma Erasmus+  
dell'Unione europea

Le opinioni espresse nella presente  
pubblicazione sono quelle degli autori  
e non rappresentano necessariamente  
quelle della Commissione europea.

## SOMMARIO

INTRODUZIONE .....	4
<b>IL PROGETTO .....</b>	<b>4</b>
<b>IL MANUALE .....</b>	<b>4</b>
<b>PARTNER .....</b>	<b>4</b>
INNETICA .....	5
NOVO MESTO .....	5
TERRAM PACIS .....	5
SOJÓVEM.....	5
IO, NOI.....	5
CAPITOLO 1: UGUAGLIANZA COME VALORE EUROPEO .....	6
<b>COS'È L'EGUAGLIANZA DI GENERE? .....</b>	<b>6</b>
FATTI E CIFRE.....	6
OBIETTIVI.....	7
COS'È IL FEMMINISMO?.....	8
<b>UGUAGLIANZA DI GENERE: UNO DEI VALORI FONDAMENTALE DELL'EU .....</b>	<b>8</b>
COSA FA L'UE PER I DIRITTI DELLE DONNE E L'UGUAGLIANZA DI GENERE?.....	9
COME IL PARLAMENTO EUROPEO LOTTA PER L'UGUAGLIANZA DI GENERE NELL'EU .....	10
PARITÀ DI GENERE SUL LAVORO .....	10
PREVENZIONE DELLA VIOLENZA CONTRO LE DONNE.....	11
DALLA POLITICA MIGRATORIA AL COMMERCIO DELL'UE.....	11
DONNE IN POLITICA .....	12
CAPITOLO 2: LINGUAGGIO NON-SESSISTA E COMUNICAZIONE NONVIOLENTA.....	13
<b>DEFINIZIONE E NATURA .....</b>	<b>13</b>

SOMMARIO DELLE LINEE GUIDA PER L'USO DEL LINGUAGGIO NON-SESSISTA .....	14
ESEMPI CHE POSSONO MANIFESTARE PREGIUDIZI SESSISTI .....	14
<b>DONNE E MIGRAZIONE .....</b>	<b>15</b>
COS'È IL GENERE NELLA NARRATIVA MIGRATORIA? .....	15
IL GENERE NELL'ERA DELLA POST-MIGRAZIONE.....	16
PARITÀ DEI SESSI, GIOVANI E DIGITALIZZAZIONE .....	16
TERMINI DI GENERE E LINGUAGGIO DI GENERE INCLUSIVO .....	17
COMUNICAZIONE NONVIOLENTA: LINGUAGGIO DI VITA.....	18
<b>PREGIUDIZI NELLA FORMAZIONE .....</b>	<b>19</b>
PERCHÉ È IMPORTANTE PARLARE DEI PREGIUDIZI NELLA FORMAZIONE? .....	19
COME FORMARE UN FORMATORE SUI PREGIUDIZI? .....	20
<b>CAPITOLO 3: INTEGRAZIONE DEGLI ADOLESCENTI IMMIGRATI ATTRAVERSO LE TIC.....</b>	<b>28</b>
<b>KAPWING .....</b>	<b>28</b>
<b>MICRO:BIT.....</b>	<b>30</b>
<b>USO DEL COMPUTER, WEB ED E-MAIL .....</b>	<b>32</b>
IMPOSTARE IL COMPUTER.....	32
INTERNET .....	33
E-MAIL.....	33
<b>MICROSOFT WORD .....</b>	<b>34</b>
<b>UPSKILLED .....</b>	<b>37</b>
BEFUNKY.....	38
LOGOMAKR .....	38
AVAST .....	39
SOCIAL NETWORK .....	39
WIX .....	40

CAPITOLO 4: ALFABETIZZAZIONE DIGITALE .....	41
<b>INTRODUZIONE .....</b>	<b>41</b>
<b>SOCIAL MEDIA PRINCIPALI.....</b>	<b>41</b>
FACEBOOK.....	41
INSTAGRAM.....	45
TWITTER .....	48
<b>PRINCIPALI SERVIZI DI MESSAGGISTICA ISTANTANEA .....</b>	<b>50</b>
MESSENGER .....	50
SNAPCHAT .....	52
WHATSAPP .....	57
CAPITOLO 5: TIC E GENERE: PREVENZIONE DELLA VIOLENZA DI GENERE NELL'AMBIENTE DIGITALE.....	60
<b>COMPRENDERE IL CONTESTO .....</b>	<b>60</b>
<b>LIBERTÀ D'ESPRESSIONE E VIOLENZA ONLINE CONTRO LE DONNE</b>	<b>60</b>
<b>COME VENGONO COMMESSE LE VIOLAZIONI DEI DIRITTI UMANI.</b>	<b>61</b>
<b>VIOLAZIONE DEI DIRITTI UMANI PER INCITAMENTO ALL'ODIO.....</b>	<b>61</b>
<b>LABORATORIO DI SPERIMENTAZIONE E PRATICA .....</b>	<b>62</b>
DIREZIONI .....	62
DEBRIEF .....	63
BIBLIOGRAFIA .....	64
<b>CAPITOLO 1.....</b>	<b>64</b>
<b>CAPITOLO 2.....</b>	<b>64</b>
<b>CAPITOLO 3.....</b>	<b>66</b>
<b>CAPITOLO 4.....</b>	<b>66</b>
<b>CAPITOLO 5.....</b>	<b>67</b>

## INTRODUZIONE

### IL PROGETTO

Internet e le nuove tecnologie hanno un ruolo centrale nella vita di tutti i giorni, è quindi necessario promuoverne l'uso e l'accesso a tutti i cittadini. L'Unione Europea e le diverse amministrazioni dei Paesi che la compongono, promuovono l'uso delle TIC da parte dei giovani per facilitare l'inclusione nel lavoro e la partecipazione nella politica.

L'obiettivo principale di questo progetto è supportare e incoraggiare l'uso delle TIC da una prospettiva di genere e facilitare l'uso e l'accesso alle tecnologie digitali senza differenze di genere.

Attraverso lo sviluppo delle diverse attività del progetto, si intende formare e supportare le giovani donne migranti in Europa all'uso delle tecnologie digitali come mezzo per l'inclusione sociale.

### IL MANUALE

Questo è un manuale di formazione per operatori della gioventù, giovani leader e volontari, all'uso delle tecnologie digitali secondo una prospettiva attenta alle differenze di genere, con particolare riferimento alle adolescenti migranti.

Questo manuale, scritto da tutti i partner del progetto, sarà inviato ai partecipanti all'attività di formazione prevista nel progetto, in modo da aumentare le competenze riguardo l'uso delle tecnologie digitali da una prospettiva di genere, per aggiungere valore al lavoro nel campo della gioventù.

In più, questo manuale potrà essere trasmesso tra i professionisti delle stakeholder coinvolte durante il progetto.

### PARTNER

Il Consorzio di progetto è formato da cinque organizzazioni provenienti da diversi Paesi: INNETICA (Spagna), NOVO MESTO (Slovenia), TERRAM PACIS (Norvegia), SÓJOVEM (Portogallo) e IO, NOI (Italia).

## INNETICA

Fondata nel 2009, INNETICA è un'associazione no-profit spagnola, la cui missione è promuovere la cooperazione tra gli enti in Europa e i valori europei, in accordo con l'Articolo 2 del Trattato dell'Unione Europea.

Sito web: <http://innetica.org/>

## NOVO MESTO

Fondata nel 1993, Društvo za Razvijanje Prostovoljnega dela Novo Mesto (DRPNM) è un'organizzazione non-governativa umanitaria slovena, che lavora nell'interesse pubblico dell'assistenza sociale, dei giovani e della cultura, per ottenere inclusione dei gruppi socialmente esclusi e stimolare lo sviluppo di ONG e di dialogo civile.

Sito web: <http://www.drustvospm.si/drustvo-za-razvijanje-prostovoljnega-dela-novo-mesto>

## TERRAM PACIS

Istituita nel 2010 in Norvegia, Terram Pacis è un'organizzazione no-profit indipendente, democratica e umanitaria, interessata all'educazione giovanile, che persegue lo sviluppo delle capacità dei giovani e di ciò che i giovani vogliono o di cui hanno bisogno.

Sito web: <https://www.terrapacis.org/>

## SOJÓVEM

Fondata nel 2014, Associação Sójovem das Saibreiras è un'organizzazione portoghese il cui obiettivo principale è promuovere l'educazione, la cultura, l'inclusione sociale, l'imprenditoria e una sana occupazione di attività ricreative e sportive per i giovani e per la comunità in generale.

Sito web: <https://www.sojovem.org/>

## IO, NOI

Istituita in Italia nel 2003, "Io, Noi" Associazione di Volontariato per la Solidarietà e l'Integrazione Sociale è un'organizzazione impegnata a intervenire nel campo delle politiche culturali, ambientali e di assistenza sociale, favorendo interventi volti a promuovere campagne di sensibilizzazione sui temi dei diritti dei bambini, dei diritti sociali e dell'intercultura.

Sito web: <http://www.ionoi.org/>

## CAPITOLO 1: UGUAGLIANZA COME VALORE EUROPEO

### COS'È L'EGUAGLIANZA DI GENERE?

Mentre il mondo ha fatto progressi riguardo l'uguaglianza di genere e l'emancipazione delle donne sotto gli Obiettivi di Sviluppo del Millennio (incluso l'accesso egualitario all'istruzione tra bambini e bambine), le donne e le ragazze continuano a soffrire di discriminazione e violenza in ogni parte del mondo.

L'uguaglianza di genere non è soltanto un diritto umano basilare, ma un fondamento necessario per un mondo pacifico, fiorente e sostenibile. Sfortunatamente, al momento, 1 donna su 5 tra i 15 e i 49 anni ha riportato un'esperienza di violenza fisica o sessuale da parte di un partner intimo negli ultimi 12 mesi; attualmente, 49 Paesi non hanno leggi in grado di proteggere le donne dalla violenza domestica.

Sono in atto dei progressi riguardo le pratiche dannose come il matrimonio infantile e le MGF (mutilazioni genitali femminili), i quali sono diminuiti del 30% negli scorsi dieci anni, ma è ancora molto il lavoro necessario per eliminare completamente queste pratiche. Assicurare alle donne accesso all'educazione, all'assistenza sanitaria, a un lavoro dignitoso e una rappresentanza nei processi decisionali politici ed economici, incrementerebbe l'economia sostenibile e ne beneficerebbero non solo le società, ma tutta l'umanità.

Implementare nuovi quadri legali riguardo l'uguaglianza femminile sul posto di lavoro e eliminare determinate pratiche pericolose è essenziale per porre fine alle discriminazioni basate sul genere in molti Paesi del mondo.

### FATTI E CIFRE

Lo sapevi che..?:

- Globalmente, 750 milioni di donne sono sposate prima dei 18 anni e almeno 200 milioni di donne in 30 paesi hanno subito MGF;
- Il tasso di ragazze tra i 15 e i 19 anni sottoposte a MGF nei 30 paesi in cui si concentra la pratica, è sceso da 1 su 2 ragazze nel 2000 a 1 su 3 ragazze entro il 2017;
- In 18 Paesi, il marito può legalmente impedire alla moglie di lavorare; in 39 Paesi, figli e figlie non hanno gli stessi diritti di eredità; 49 paesi non hanno leggi che tutelano le donne dalla violenza domestica;

- Una donna su cinque, incluso il 19% di donne e ragazze tra i 15 e i 49 anni, ha subito violenza fisica e/o sessuale da parte del partner negli ultimi 12 mesi. Nonostante ciò, 49 Paesi non hanno leggi che tutelano specificatamente le donne da queste violenze;
- Mentre le donne si sono fatte strada in importanti cariche politiche in tutto il mondo, la rappresentanza politica nei parlamenti nazionali al 23,7% è ancora lontana dalla parità;
- In 46 Paesi, le donne adesso tengono il 30% dei seggi nei parlamenti nazionali in almeno una camera;
- Solo il 52% delle donne sposate decidono liberamente riguardo le relazioni sessuali, l'uso di contraccettivi e l'assistenza sanitaria;
- Globalmente, solo il 13% dei proprietari terrieri è una donna. In Nord Africa, le donne hanno meno di un lavoro retribuito su cinque nel settore non agricolo. La proporzione delle donne impiegate in un lavoro retribuito al di fuori del settore agricolo è aumentata dal 35% del 1990 al 41% nel 2015;
- Più di 100 Paesi si sono attivati per monitorare gli stanziamenti di bilancio per l'uguaglianza di genere;
- In Sud Asia, il rischio di matrimonio in età infantile per le bambine è sceso di oltre il 40% dal 2000.

## OBIETTIVI

L'eguaglianza di genere mira a:

- Mettere fine a tutte le forme di discriminazione contro tutte le donne e le ragazze;
- Eliminare ogni forma di violenza contro le donne e le ragazze, nella sfera pubblica e privata, incluso il traffico sessuale e di ogni altro genere di sfruttamento;
- Eliminare ogni pratica dannosa, come il matrimonio infantile forzato e la mutilazione genitale femminile;
- Riconoscere e valorizzare l'assistenza non retribuita e il lavoro domestico attraverso la fornitura di servizi pubblici, infrastrutture e politiche di protezione sociale, la promozione di una responsabilità condivisa all'interno delle case e delle famiglie come appropriato a livello nazionale;
- Assicurare la partecipazione piena ed effettiva delle donne ed eque opportunità di leadership in ogni livello nella vita politica, economica e pubblica;
- Assicurare pieno accesso alla salute sessuale e riproduttiva e ai diritti riproduttivi;

- Impegnarsi in riforme in grado di assicurare alle donne equi diritti alle risorse economiche, così come l'accesso alla proprietà e al controllo di terre e altri tipi di proprietà, servizi finanziari, eredità e risorse naturali, in accordo con le leggi nazionali;
- Aumentare l'uso di tecnologie abilitanti, in particolare le tecnologie d'informazione e di comunicazione, per promuovere l'emancipazione femminile;
- Adottare e rafforzare politiche valide e legislazioni applicabili per la promozione dell'uguaglianza di genere e l'emancipazione di tutte le donne e le ragazze ad ogni livello.

## COS'È IL FEMMINISMO?

Il femminismo include una serie di movimenti sociali, movimenti politici e ideologie che condividono un obiettivo comune: definire, stabilire e raggiungere l'uguaglianza politica, economica, personale e sociale di tutti i sessi.

I femministi credono che uomini e donne siano uguali, e che le donne meritino gli stessi diritti degli uomini nella società. Il movimento femminista ha combattuto diverse cause, tra cui il diritto di voto alle donne, il diritto al lavoro e il diritto di vivere libere dalla violenza.

Perché in molti odiano il termine femminismo e movimento femminista?

- Il femminismo è stato associato a donne forti, feroci e furiose, e la nostra società continua a punire tali donne;
- Molte persone temono che il femminismo significhi che gli uomini debbano perdere potere, influenza, impatto, autorità, controllo e opportunità economiche;
- In molti credono che il femminismo voglia controllare il mondo e mettere gli uomini a tacere;
- Molti temono che il femminismo intenda ribaltare le antiche tradizioni, le credenze religiose e i ruoli di genere, il quale sembra sbagliato e spaventoso;
- Le persone temono che il femminismo porterà cambiamenti negativi nelle relazioni, nel matrimonio, nella società, nella cultura, nelle dinamiche di potere e autorità, nelle opportunità economiche e di impiego nel caso in cui le donne raggiungano una condizione di parità con gli uomini.

## UGUAGLIANZA DI GENERE: UNO DEI VALORI FONDAMENTALE DELL'EU

L'8 marzo è la Giornata Internazionale delle Donne, in ricordo degli obiettivi raggiunti in campo economico, sociale, culturale e politico dalle donne del mondo, e un invito all'azione per

accelerare l'uguaglianza tra uomini e donne. In questa occasione, L'Unione Europea ha dichiarato:

“L'Unione Europea è pioniere nella lotta contro le discriminazioni di genere e possiamo essere fieri dei progressi compiuti: l'Europa è uno dei luoghi più sicuri ed egualitari nel mondo per le donne.”

Tuttavia, nella pratica, il cammino per la completa uguaglianza è ancora lungo. Sfortunatamente, le donne continuano ad avere meno opportunità di carriera e di sviluppo professionale rispetto agli uomini e le donne e le ragazze sono ancora vittime di molestie, abusi e violenze. “Vogliamo che le donne e le giovani raggiungano l'uguaglianza in ogni aspetto della vita: accesso all'educazione, parità di retribuzione sul lavoro, accesso alle alte posizioni in politica e business e protezione dalla violenza.” – dichiarazione dell'UE.

#### COSA FA L'UE PER I DIRITTI DELLE DONNE E L'UGUAGLIANZA DI GENERE?

La Commissione Europea delinea azioni concrete per ridurre il divario di genere in diverse aree e per combattere la violenza di genere. L'uguaglianza di genere e l'emancipazione femminile dovrebbero essere promosse sia all'interno che all'esterno dell'UE.

Gli obiettivi dell'UE sono chiari e, attraverso il lavoro per raggiungerli, questi contribuiscono ad implementare con successo gli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 (in particolare ma non solo il Goal 5). Inoltre, nel 2020 ricorrono anche i vent'anni dall'adozione della Risoluzione ONU 1325 “Donne, Pace e Sicurezza” ; in merito alle politiche di genere, l'UE stimola raccomandazioni concrete da indirizzare alle istituzioni e agli organismi che curano lo sviluppo e l'implementazione dei Piani di applicazione nazionale della Risoluzione 1325.

In questo spirito, nel settembre del 2017, l'UE e l'ONU hanno lanciato congiuntamente l'iniziativa *Spotlight*, per porre fine a ogni forma di violenza sulle donne. Inoltre, l'UE gestisce la “chiamata all'azione per la protezione contro la violenza di genere”, la quale riunisce 60 paesi e organizzazioni impegnate ad assicurare che la violenza di genere sia affrontata nel contesto della crisi umanitaria.

Secondo le conclusioni del Rapporto mondiale sulle disuguaglianze di genere del Forum economico mondiale del 2017, solo tra due secoli la parità di genere verrà raggiunta. Questo ha portato alla campagna #PressforProgress, la quale intende unire e motivare le persone a pensare, agire e comportarsi in maniera inclusiva riguardo i problemi di genere.

L'attivismo mondiale per l'uguaglianza di genere, guidato da movimenti come #MeToo o #TimesUp, dimostrano che esiste un forte slancio nel mondo per la parità di genere. Nella Giornata Internazionale delle Donne nel 2017, l'Alto Rappresentante Federica Mogherini è stata premiata con il Women of Europe Award nella categoria "Women in Power".

## COME IL PARLAMENTO EUROPEO LOTTA PER L'UGUAGLIANZA DI GENERE NELL'EU

Cosa fa l'UE per mitigare le discriminazioni? Fin dall'inizio, l'Unione Europea ha seguito il principio di "integrazione della prospettiva di genere" nella lotta per l'uguaglianza di genere e la promozione di una Europa sociale.

*"Il Consiglio, deliberando all'unanimità secondo una procedura legislativa speciale e previa approvazione del Parlamento europeo, può prendere i provvedimenti opportuni per combattere le discriminazioni fondate sul sesso, la razza o l'origine etnica, la religione o le convinzioni personali, la disabilità, l'età o l'orientamento sessuale."* – Art. 19 del Trattato sul Funzionamento dell'Unione Europea (TFUE).

L'UE ha adottato legislazioni, emesso raccomandazioni, scambi e pratiche migliori e fornisce finanziamenti per supportare l'azione degli Stati membri. I concetti di politica della parità di genere dell'UE sono stati plasmati dalle sentenze della Corte di giustizia europea.

Il Parlamento europeo adotta regolarmente relazioni di propria iniziativa sulle questioni di genere, invitando a intensificare gli sforzi per aumentare la parità tra i sessi. È sempre stato molto attivo nel raggiungere parità tra uomini e donne e ha un comitato permanente sui diritti delle donne e l'uguaglianza di genere. Ogni anno il Parlamento celebra la Giornata Internazionale della Donna (8 marzo) e promuove la consapevolezza organizzando eventi.

## PARITÀ DI GENERE SUL LAVORO

Nel 2019, l'UE ha adottato nuove regole sul congedo per motivi familiari - più adattabilità delle cure e delle condizioni di lavoro - per creare maggiori incentivi per i genitori a costruire una famiglia - per promuovere più tempo con le famiglie e per favorire il tasso di occupazione femminile.

Le legislazioni dell'UE sull'uguaglianza di genere sul lavoro includono:

- Regole d'impiego (inclusa la parità di retribuzione, sicurezza sociale, condizioni lavorative e molestie);
- Regole di lavoro autonomo;
- Maternità, paternità e diritti genitoriali.

Il Parlamento chiede anche misure esplicite per ridurre la disparità di retribuzione, il quale ha raggiunto una soglia del 16% in UE, e la disparità di pensione, che ha raggiunto il 35% nel 2017. Chiede inoltre misure per combattere la povertà femminile, in quanto è più probabile che le donne vivano in povertà rispetto agli uomini.

L'Europa ha una maggiore differenza di retribuzione nel settore digitale, con donne meno propense a studiare in questo campo e sottorappresentate nel mercato del lavoro. In una decisione adottata nel 2018, il Parlamento Europeo chiede ai Paesi dell'UE a prendere provvedimenti per assicurare la piena integrazione delle donne nei settori delle TIC, per promuovere educazione e formazione nel settore delle TIC e dello STEM.

*“Ogni Stato Membro garantisce l'applicazione del principio della parità di retribuzione tra lavoratori di sesso maschile e lavoratori di sesso femminile per lavori di pari valore.”* Art. 157 del TFUE.

#### PREVENZIONE DELLA VIOLENZA CONTRO LE DONNE

L'UE combatte la violenza contro le donne in diversi modi. Il Parlamento ha ripetutamente richiesto una strategia dell'UE per rafforzare la politica in quest'area. Esso mira a completare l'adesione dell'UE alla Convenzione di Istanbul del Consiglio d'Europa e la sua ratifica da parte di tutti gli Stati membri.

Il Parlamento, inoltre, richiama l'attenzione sulla necessità di combattere specifiche forme di violenza, incluse le molestie sessuali, il traffico, la prostituzione forzata, la mutilazione genitale femminile, la persecuzione e la violenza online.

Nel 2014, il Parlamento Europeo ha assegnato il Premio Sacharov per la libertà di pensiero al ginecologo congolese Denis Mukwege (premio Nobel per la Pace 2018) per aver dedicato la sua vita ad aiutare migliaia di vittime di stupri di gruppo e brutali violenze sessuali nella Repubblica Democratica del Congo e a lottare per la dignità, la giustizia e la pace delle donne nel suo Paese.

#### DALLA POLITICA MIGRATORIA AL COMMERCIO DELL'UE

Il Parlamento ha richiesto ripetutamente alla Commissione di migliorare la coerenza tra le politiche commerciali, lo sviluppo, l'agricoltura, l'occupazione, l'emigrazione e la parità di genere. In una risoluzione adottata nel 2016, il Parlamento europeo ha chiesto una serie di linee guida di genere a livello europeo nell'ambito di una più ampia riforma delle politiche di migrazione e di asilo.

In un rapporto adottato nel 2018, gli eurodeputati hanno chiesto un approccio più sensibile alle questioni di genere per promuovere politiche di cambiamento e azioni per l'emancipazione delle donne e la protezione dei più vulnerabili. Tutti gli accordi commerciali dell'UE devono includere disposizioni vincolanti e applicabili per garantire il rispetto dei diritti umani, compresa l'uguaglianza di genere, in conformità con una risoluzione adottata nel 2018.

## DONNE IN POLITICA

Il Parlamento Europeo ha richiesto ripetutamente una maggiore enfasi sull'uguaglianza di genere in politica, promuovendo la partecipazione paritaria delle donne al processo decisionale a tutti i livelli. In un rapporto adottato nel gennaio del 2019, il Parlamento europeo ha invitato i partiti politici europei a garantire che sia le donne che gli uomini siano proposti agli organi direttivi del Parlamento europeo nel corso del nono mandato.

Nel nuovo Parlamento Europeo, istituito ufficialmente nel luglio 2019, ci sono più donne di sempre, rappresentando il 41% dei parlamentari, contro il 36,5% della fine della scorsa legislatura.

## CAPITOLO 2: LINGUAGGIO NON-SESSISTA E COMUNICAZIONE NONVIOLENTA

### DEFINIZIONE E NATURA

Per linguaggio di genere si intendono parole che hanno un genere in determinate lingue o parole che fanno ipotesi di genere?

In inglese, non esiste una grammatica di genere, a differenza di altre lingue. Non c'è il maschile e femminile per i nomi, a meno che non si riferiscano al sesso biologico (donna, ragazzo, miss, ecc.)

Il linguaggio di genere è comunemente inteso come linguaggio che ha un pregiudizio verso un particolare sesso o genere sociale. In inglese, includerebbe l'uso di termini specifici di genere per riferirsi a professioni o persone, come uomo d'affari o cameriera, o l'uso del pronome maschile per riferirsi a persone in generale, come "un insegnante dovrebbe sapere come comunicare con i suoi studenti" (suoi, in inglese è *his*, utilizzato come se l'insegnante fosse implicitamente uomo).

L'uso del linguaggio di genere, perpetua ciò che gli accademici chiamano "*la storica gerarchia patriarcale che è esistita tra uomini e donne, dove l'uno (uomo) è considerato la norma, e l'altro (donna) è segnato come altro*"- come qualcosa di differente dalla norma. Questo può portare all'esclusione o alla scomparsa sociale delle donne.

Ci sono esempi in questi studi che descrivono che quando alle persone si associano nomi come "uomo d'affari" e "vigile del fuoco", la maggior parte descriverà, illustrerà o visualizzerà degli uomini che fanno questi lavori. Il nostro ruolo come volontari e/o professioniste nelle ONG si è a lungo focalizzato sulla lingua.

Di conseguenza, siamo in sintonia con la forza emotiva delle parole e con i modi in cui il linguaggio influenza il pensiero e i comportamenti. Tuttavia, l'uso acritico del linguaggio sessista può renderci ciechi di fronte a una particolare prospettiva carica di valori.

Tale cecità può sistematicamente distorcere le nostre teorie e pratiche e interferire con i nostri scopi di aiuto. Come studiose e insegnanti, perseguiamo la verità ovunque essa porti, fino alla riforma dei nostri concetti ordinari, delle nostre credenze e, se necessario, del nostro linguaggio quotidiano.

## SOMMARIO DELLE LINEE GUIDA PER L'USO DEL LINGUAGGIO NON-SESSISTA

Mentre si costruiscono esempi, pratiche e teorie, è necessario includere quelle attività, interessi e punti di vista umani tradizionalmente associati alle donne.

Eliminare l'uso generico di *lui* (*he* in inglese):

- Usando nomi al plurale;
- Eliminando *lui, suo* (*he, his, him* in inglese);
- Sostituire gli articoli *il, uno, un* (*the, a, an* in inglese) per *suo*;
- Sostituire *uno, noi* (*one, we, o you* in inglese);
- Usare la voce passiva;
- Sostituire nomi con pronomi.

Eliminare il sessismo quando ci si rivolge a persone in modo formale:

- Usare *Ms* anziché *Miss* o *Mrs*, anche se si conosce lo stato civile della donna;
- Usare il cognome della donna sposata anziché il cognome del marito;
- Usare il corrispettivo femminile del titolo lavorativo, ogni volta che il titolo è appropriato per gli uomini;
- Usare *Gentile collega* o simili nelle lettere per gli sconosciuti (anziché *Gentile Signor* etc.).

## ESEMPI CHE POSSONO MANIFESTARE PREGIUDIZI SESSISTI

L'uso generico di 'lui' e 'uomo' è parte del problema generale dell'invisibilità delle donne nelle comunicazioni. Alcuni dati empirici sul linguaggio sessista indicano che, se le donne non sono specificamente incluse, anche in una prosa genuinamente neutra, potrebbe essere intesa come riferimento a soli uomini.

Esistono diversi esempi nel linguaggio che potrebbero manifestare pregiudizi sessisti:

- Attraverso la rappresentazione esplicita o implicita di stereotipi sessuali;
- Attraverso l'adozione di una prospettiva maschile;
- Attraverso il silenzio: l'assenza di esempi esplicitamente riferiti alle donne;
- Assumere che tutti gli avvocati o i presidenti siano uomini elimina la porzione femminile della professione e rafforza il presupposto secondo cui solo gli uomini siano professionisti "adeguati". In più, assumere che le attività casalinghe e l'educazione dei bambini siano l'interesse primario solo delle donne, esclude gli uomini da questi ruoli, anche se ignora le altre preoccupazioni delle donne;

- Infine, omettere gli interessi e le esperienze distintive delle donne perpetua stereotipi sessuali.

## DONNE E MIGRAZIONE

Comprendere le questioni di genere è fondamentale nel contesto migratorio. Le ONG e la società civile giocano un ruolo chiave nel futuro dell'eguaglianza di genere. Esse dovrebbero essere attivamente coinvolte nella definizione delle politiche, in quanto la loro esperienza è la chiave per sviluppare e attuare efficacemente politiche valide in materia di parità tra i sessi.

Poiché la teoria delle migrazioni ha tradizionalmente enfatizzato le cause delle migrazioni internazionali rispetto alle questioni di chi migra, spesso non è riuscita ad affrontare adeguatamente le esperienze migratorie specifiche di genere.

Senza un supporto teoretico chiaro, diventa difficile esprimere, ad esempio, le condizioni in cui le donne migrano, o la predominanza delle donne in certi flussi di lavoro e non in altri.

Inoltre, la teoria tradizionale non aiuta a comprendere le circostanze che incoraggiano le donne a diventare migranti transnazionali, a entrare nei canali della tratta o a cercare il reinsediamento dei rifugiati.

Rispondere a queste domande e ad altre domande più sensibili al genere richiede di mostrare come un processo di movimento, apparentemente neutro dal punto di vista del genere sia, di fatto, altamente specifico per il genere e possa portare a risultati differenziali per uomini e donne.

## COS'È IL GENERE NELLA NARRATIVA MIGRATORIA?

Il genere è inteso come un principio organizzativo fondamentale che delinea i processi alla base della migrazione e correlati, come l'adattamento al nuovo paese, il contatto continuo con il paese d'origine e l'eventuale ritorno.

L'importante è la visione secondo cui, mentre il sesso è definito come un risultato biologico delle strutture cromosomiche, il genere è "socialmente costruito".

Nella teoria femminista, il genere è la matrice dell'identità, dei comportamenti e delle relazioni di potere costruite dalla cultura della società in accordo con il sesso.

Quando le persone interagiscono tra loro, aderendo a questo concetto o allontanandosi da esso, si riafferma o modifica ciò che si intende per genere.

Il genere non è immutabile ma cambia e, in questo senso, è sia socialmente costruito che ricostruito attraverso il tempo.

Due domande:

- **La prima riferita al patriarcato, o alle gerarchie di potere, dominazione e controllo che gli uomini utilizzano per governare le donne.** In che modo il patriarcato, che dà agli uomini un accesso preferenziale alle risorse disponibili nella società, influisce sull'abilità delle donne di migrare, sui tempi di tale migrazione, e la destinazione finale?
- **La seconda si concentra sulle relazioni interpersonali tra uomini e donne.** In che modo le relazioni delle donne con i membri della famiglia, inclusi i coniugi, cambiano con la migrazione? In altre parole, in che modo il patriarcato si altera o viene ricostruito dopo la migrazione?

#### IL GENERE NELL'ERA DELLA POST-MIGRAZIONE

Uomini e donne potrebbero essere trattati diversamente e sperimentare il reinsediamento in modo diverso arrivati nel paese ricevente. I risultati di questo processo interculturale sono influenzati principalmente da tre fattori:

1. L'impatto dello stato d'ingresso sulle capacità di integrazione e insediamento;
2. Modelli di incorporazione nel mercato del lavoro
3. L'impatto della migrazione sullo status degli uomini e delle donne.

Le politiche d'immigrazione determinano lo status d'entrata dei migranti, il quale spesso determina la residenza e i diritti del lavoro.

È più probabile che lo status di ingresso limiti le donne migranti rispetto agli uomini, perché i diritti di residenza e di lavoro e i relativi diritti sono spesso diversi a seconda del genere.

Siccome le donne migranti sono spesso viste dallo stato come persone a carico, ciò può influire sulla capacità delle donne migranti di ottenere tali diritti e facoltà in maniera autonoma.

#### PARITÀ DEI SESSI, GIOVANI E DIGITALIZZAZIONE

In particolare, la digitalizzazione ha un grande potenziale per l'emancipazione delle giovani donne e ragazze, ad esempio attraverso nuove forme di partecipazione civica e politica attraverso i social media e la cooperazione e consultazione online.

Anche le reti e le iniziative online possono migliorare il funzionamento della democrazia e rafforzare il ruolo della società civile.

Nel frattempo, anche i rischi e gli inconvenienti continuano a richiedere attenzione, ad esempio le nuove forme di violenza online, la circolazione di materiale digitale dannoso e gli stereotipi di genere legati alla sessualità e all'immagine del corpo, i quali si intrecciano con i rischi e le disuguaglianze fuori dalla rete per tutti i giovani.

Un approccio basato sui diritti umani nel lavoro giovanile e nell'apprendimento non formale riconosce che ottenere uguali opportunità rimane un obiettivo comune, e che il lavoro giovanile dovrebbe riconoscere le disuguaglianze e fornire un supporto per colmare tali differenze.

I diritti umani universali forniscono anche il quadro etico e normativo per prevenire, combattere e superare qualsiasi forma di discriminazione basata sul sesso, sull'orientamento sessuale o sull'identità di genere. Il raggiungimento della parità di genere non è una questione di "diritti speciali", ma di promozione del diritto di tutti alla libertà e all'uguaglianza nella dignità.

Guidata da innovazioni tecnologiche come Internet, la tecnologia dell'informazione e della comunicazione (TIC), l'intelligenza artificiale (IA), l'automazione, la robotica e l'industria 4.0, la digitalizzazione sta trasformando in modo significativo la vita, le comunità e persino le identità.

Questo processo non è neutro dal punto di vista del genere e può essere compreso solo se visto nel più ampio contesto del cambiamento sociale in corso, compresi i ruoli in evoluzione di donne e uomini e l'avanzamento della parità tra i sessi. La digitalizzazione porta con sé molte nuove opportunità in tutti gli ambiti della vita. Tuttavia, può anche contribuire a perpetuare le disuguaglianze e gli stereotipi esistenti e porre nuovi rischi per i giovani, soprattutto per le giovani donne e ragazze.

## TERMINI DI GENERE E LINGUAGGIO DI GENERE INCLUSIVO

Mentre il pubblico diventa sempre più consapevole delle identità di genere che non rientrano strettamente nella categoria "uomo" o "donna", ci troviamo di fronte a un problema.

Molte lingue vennero create partendo da un binarismo di genere. In superficie, potrebbe sembrare perfettamente innocuo rivolgersi a un gruppo di bambini come "bambine e bambini", ma molti educatori si stanno allontanando dall'uso di questo linguaggio.

Questo ci porta a concepire il genere in modo errato, intendendolo come (involontariamente o intenzionalmente) riferito a, o rivolgendosi a una persona con una parola che non riflette il suo genere. Può anche includere il riferirsi a una persona in un modo che fa ipotesi errate sul suo genere.

Le bambine e i bambini non binari e che non si riconoscono in nessun genere definito vivono spesso esperienze di malintesi. Questo può essere devastante per il senso di sicurezza, l'autostima e la salute mentale generale di questi bambini.

Il linguaggio è un modo per segnalare ai bambini "tu appartieni a questo posto" o, al contrario, "tu non appartieni a questo posto". Per risolvere questo problema, stanno spuntando termini neutri dal punto di vista del genere che possono essere usati per riferirsi a persone non binarie o per parlare di persone senza specificarne il genere.

Questi termini ci permettono di parlare degli altri in un modo meno sessista se, ad esempio, vogliamo rivolgerci a un gruppo in modo che tutti si sentano inclusi o parlare del partner di qualcuno se il suo sesso non è stato specificato.

#### COMUNICAZIONE NONVIOLENTA: LINGUAGGIO DI VITA

Possiamo comunicare evitando di ferire gli altri e noi stessi usando un modello di comunicazione nonviolenta, il quale è una simbiotica integrazione di quattro componenti principali:

- **Coscienza:** Una serie di principi e prospettive che supportano una vita di compassione, collaborazione, coraggio e autenticità, sia per noi stessi che in relazione con la famiglia, gli amici, i colleghi, e chiunque con la quale entriamo in contatto.
- **Comprensione:** In che modo le nostre parole, così come quelle degli altri, contribuiscono a connettere o allontanare, aiutare o ferire, compromettere o conquistare in un'interazione o situazione.
- **Comunicazione:** Sapere come chiedere ciò di cui abbiamo bisogno senza minacciare, esigere o costringere, come ascoltare gli altri (anche se in disaccordo) senza assorbire l'autocritica o la colpa, e come muoversi verso risultati positivi e reciprocamente vantaggiosi per tutte le parti coinvolte in un'interazione o in una situazione.
- **Mezzi d'influenza:** Imparare a condividere il nostro potere con gli altri invece di usare il nostro potere sugli altri, per facilitare un ambiente in cui tutte le parti si sentano ugualmente onorate, stimate, rispettate e sicure.

Dobbiamo considerare anche le seguenti quattro componenti del processo di comunicazione nonviolenta:

- **Considerazioni:** Come le proprie osservazioni percettive e le osservazioni degli altri forniscano una base per sapere di cosa si sta parlando ed eliminano la confusione sullo stimolo in una data situazione o interazione.
- **Sentimenti:** Le informazioni che il corpo e la mente danno riguardo al fatto che i nostri valori e i nostri bisogni siano soddisfatti in una data interazione, fornendo una potente connessione per aiutare a capire l'esperienza altrui.
- **Bisogni:** I Bisogni Umani Universali, noti anche come motivazioni umane fondamentali; le persone possono vedere l'umanità dell'altro che dà inizio al processo di guarigione e di riconciliazione e fornisce una solida base per soluzioni vantaggiose per tutti.
- **Richieste:** Assumersi la responsabilità di ciò che realmente vogliamo esprimendo una richiesta piuttosto che una pretesa. Ascoltando la richiesta di un altro in quanto tale, e sapendo che abbiamo ancora una scelta.

## PREGIUDIZI NELLA FORMAZIONE

### PERCHÉ È IMPORTANTE PARLARE DEI PREGIUDIZI NELLA FORMAZIONE?

Parlare di pregiudizi significa parlare del mondo in cui vediamo la realtà; significa parlare degli schemi attraverso cui vediamo, esploriamo e conosciamo il mondo intorno a noi.

Tutti hanno dei pregiudizi. È il nostro modo di interagire e imparare dall'esperienza. Quando incontriamo le persone, spontaneamente, li mettiamo nel nostro scaffale personale, gli diamo un'etichetta, solo perché è un modo più "efficiente" in cui il nostro cervello può lavorare. E il nostro scaffale, i tag che abbiamo a disposizione, si occupa della nostra storia personale e del nostro background (sociale, culturale, geografico...).

Quindi, il problema non è "non avere pregiudizi", ma "sapere che li abbiamo". Sapendo che indossiamo delle lenti personali attraverso le quali vediamo il mondo che ci circonda. E che queste lenti sono probabilmente diverse da quelle delle altre persone. Persone che hanno storie personali e origini geografiche e culturali diverse dalle nostre. Perché le nostre lenti, la nostra vista, il nostro punto di vista è soggettivo e ci sono altri modi di vedere il mondo che ci circonda.

Solo con questa consapevolezza possiamo ridurre l'effetto negativo dei pregiudizi e aprirci veramente al nuovo. Ma perché questo è importante quando ci troviamo in un contesto

formativo e in particolare quando, come formatori, iniziamo un percorso formativo finalizzato all'emancipazione?

Molto spesso, quando parliamo di un'adolescente immigrata, pensiamo a una ragazza in difficoltà, a disagio di fronte a un nuovo contesto sociale che non conosce, che soffre per aver dovuto lasciare il suo luogo d'origine, la sua casa. Una ragazza che proviene da una cultura in cui essere donna significa essere di rango inferiore: essenzialmente una vittima e, probabilmente, lei è tutto questo... ma non solo.

Potrebbe essere una grande cantante. Potrebbe amare la cucina o giocare a pallavolo. Potrebbe scrivere poesie o avere elevate capacità matematiche. Non lo sappiamo e, a volte, non lo immaginiamo nemmeno. Non immaginiamo nemmeno le risorse che la persona che abbiamo di fronte; risorse che possono essere valorizzate e che possono dare forza alla persona stessa durante il percorso formativo.

In sostanza, "mettere in una scatola" il tirocinante che ho davanti a me quando inizio un percorso formativo potrebbe ridurre il potenziamento che voglio ottenere.

#### COME FORMARE UN FORMATORE SUI PREGIUDIZI?

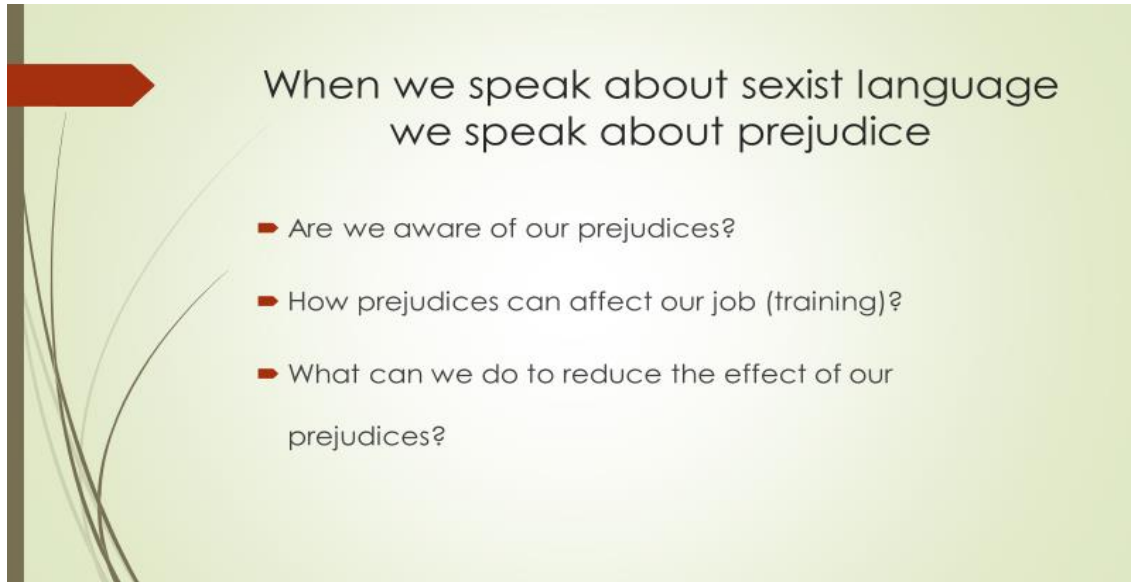
Tutto ciò che avete letto nel paragrafo precedente può essere appreso in modo più efficace se non comunicato direttamente ai tirocinanti (formatori da formare).

Il nostro suggerimento è quello di organizzare un piccolo percorso formativo "attivo", in cui giochi e gruppi di lavoro possano attivare il processo di sensibilizzazione mirato. L'uso del gioco, infatti, è visto come uno strumento innocuo, apparentemente decontestualizzato, dal quale non dobbiamo difenderci; in sostanza, rappresenta un "cavallo di Troia" che facilita l'espressione spontanea di punti di vista consci o inconsci.

I gruppi di lavoro, inoltre, rappresentano un modo utile per facilitare lo scambio di punti di vista e l'espressione di quei tirocinanti che tendono a parlare meno (per diversi motivi) nei gruppi più grandi.

Un esempio di percorso formativo che proponiamo (e che può essere scomposto, gestito, trasformato in base alle specifiche esigenze e caratteristiche del gruppo da formare) è riportato di seguito. La traccia del percorso è costituita da una serie di diapositive che rappresentano un pretesto per discutere insieme sul tema e attivare gruppi di lavoro.

#### **Framework**



## When we speak about sexist language we speak about prejudice

- Are we aware of our prejudices?
- How prejudices can affect our job (training)?
- What can we do to reduce the effect of our prejudices?

La prima slide introduce il quadro generale e le domande a cui il percorso formativo vuole dare risposta.

Vi invitiamo a non rispondere al momento, ma a illustrare le domande a cui le risposte costituiscono un possibile punto di arrivo del corso di formazione.

**Metaplan®: "Cosa penso quando penso a una ragazza adolescente immigrata"**



## Immigrant Adolescent Girl



- Origin
- Feelings
- Behaviour
- Status
- Aspect

Il *metaplan* è una tecnica per raccogliere ed elaborare idee e opinioni quando un gruppo di persone lavora insieme<sup>1</sup>.

In particolare, i tirocinanti sono invitati a esprimere ciò che pensano quando pensano a una "Ragazza Adolescente Immigrata" e a scriverli su un post-it.

Dovrebbero scrivere caratteristiche riguardo le origini (es. Africana, indiana, serba, afghana), le emozioni (es. triste, spaventata, persa), comportamenti (curiosità, timidezza), stato, aspetto.

È importante non suggerire troppo riguardo le caratteristiche, in modo da non influenzare i punti di vista e i pregiudizi.

I tirocinanti dovrebbero scrivere una caratteristica per ogni post-it; in questo modo sono invitati, uno alla volta:

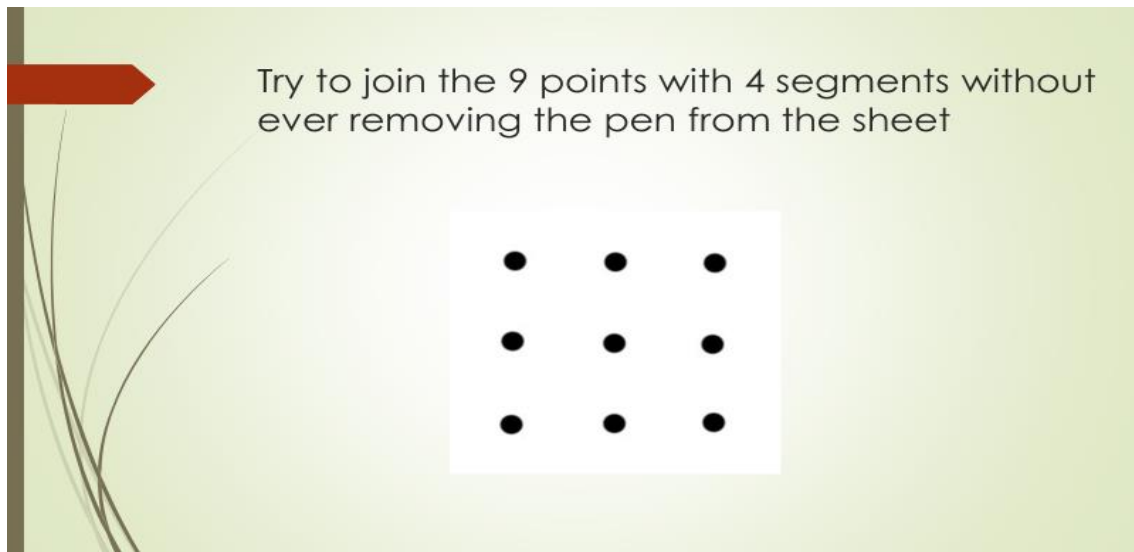
- A dire quali caratteristiche hanno identificato,
- A mostrare i post-it e attaccarli a una bacheca
- Se possibile, riunirli in gruppi di caratteristiche simili.

Di conseguenza, possiamo vedere l'immagine che il gruppo ha di una "Ragazza Adolescente Immigrata", cioè l'insieme di tag che il gruppo può darle. In generale, l'immagine è quella di una vittima, rivelando quali pregiudizi ha il gruppo (si veda quanto riportato nel paragrafo precedente). Ma non è ancora il momento di renderlo esplicito. Il set di post-it® ("identikit") può essere temporaneamente accantonato per passare all'attività successiva.

---

<sup>1</sup> La tecnica è stata sviluppata in Germania negli anni Settanta da due fratelli, Wolfgang e Eberhard Schnelle. Metaplan è un marchio di Metaplan Thomas Schnelle GmbH. ( [www.metaplan.it](http://www.metaplan.it) e [www.cipast.org](http://www.cipast.org) ).

## 9 punti e 4 segmenti<sup>2</sup>



Try to join the 9 points with 4 segments without ever removing the pen from the sheet

I tirocinanti, ognuno per conto proprio, sono invitati a scrivere su un quaderno i 9 punti indicati nella diapositiva. Poi viene chiesto loro di unire i 9 punti con 4 segmenti senza mai togliere la penna dal foglio.

Dovrebbero provarci finché non trovano la soluzione, ma non più di tre volte. Dovrebbero provare a scrivere la soluzione anche se non è corretta.

A questo punto, ad alcuni di quelli che non hanno trovato la soluzione, sarà chiesto di scrivere sulla bacheca i loro tentativi, ad esempio:



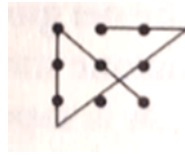
Adesso, potremmo chiedere cosa hanno in comune questi tentativi; la risposta è che in ognuno di essi i 9 punti sono visti come un quadrato.

A questo punto potremo mostrare la soluzione o chiedere a coloro che l'hanno trovata di mostrarla al gruppo:

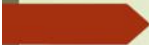
---

<sup>2</sup> Questo gioco si trova in

- Change di Watzlawick P. , Weakland J.H. & Fisch R.
- Arte di ascoltare e mondi possibili di Marianella Sclavi



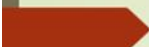
E la domanda è: cosa mi ha aiutato a trovare la soluzione? E cosa non mi ha aiutato?




## What helped me to find a solution?

- "Thinking out of the box"....being aware that I'm in a box
- Being aware that I see the reality with implicit patterns
- Using "I see as..." instead of "is"
- "The curious paradox is that when I accept myself just as I am, then I change" *Carl Rogers*

I 9 punti non sono un quadrato, ma li vediamo come tale. Questo è il pregiudizio, il mio punto di vista, il modo in cui vedo il mondo e, questa visione, non mi permette di vedere altro, di "pensare fuori dagli schemi".



## Is "she" still an Immigrant Adolescent Girl?

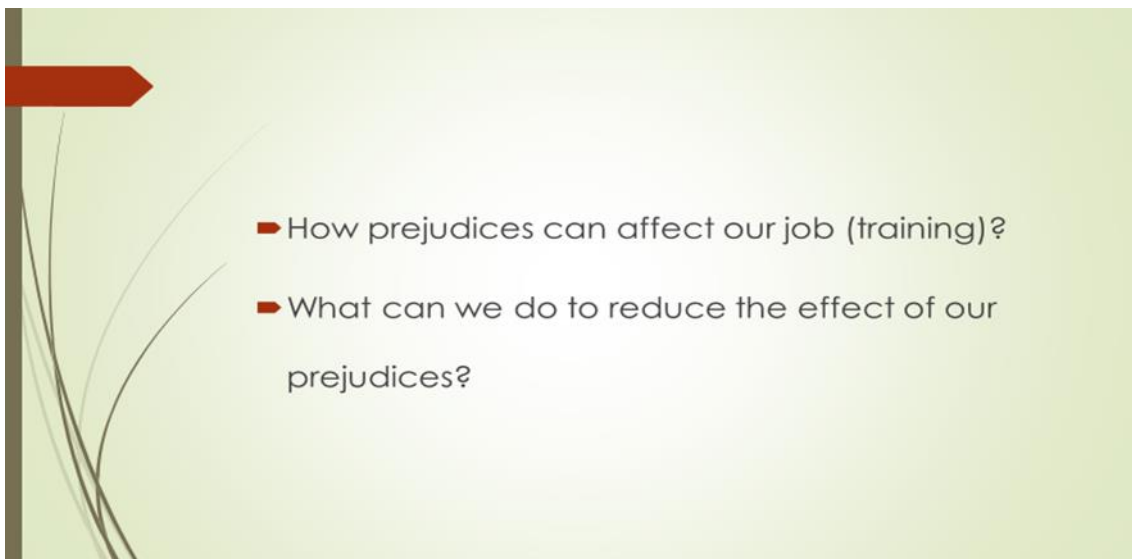


What else is "she"?

Adesso, possiamo tornare all' "identikit" della Ragazza adolescente immigrata fatto dal gruppo e chiedere ai tirocinanti "è ancora una ragazza adolescente immigrata?"

L'identikit è la descrizione giusta o è solo ciò che vediamo come ragazza adolescente immigrata? Cos'altro è? Cosa potrebbe essere? L'abbiamo messa di una scatola? Ora dovremmo aver risposto alla prima domanda: **Siamo consapevoli dei nostri pregiudizi?**

### Gruppi di lavoro



I partecipanti sono invitati a dividersi in gruppi (non più di 4-5), preferibilmente con persone che non si conoscono bene o con persone con cui non si ha già condiviso un'esperienza di gruppo.

I gruppi dovranno rispondere alle domande, a seconda delle loro esperienze, in circa 30-40 minuti. Ogni gruppo è invitato a scrivere su un poster le risposte e condividerle con gli altri gruppi, attraverso una persona che li rappresenti.

Quali potrebbero essere le risposte?

- Potremmo ridurre l'effetto del processo di emancipazione;
- Potremmo ridurre l'efficacia del percorso di formazione;
- Potremmo diminuire lo sviluppo personale, il quale è conseguenza naturale del processo di apprendimento, sia per i trainer che per gli aspiranti;
- Chiedere è il punto di partenza. Per i tirocinanti, se si sentono a loro agio oppure se hanno bisogno di qualcosa di diverso per facilitare l'esperienza di apprendimento;

- Essere empatici verso i tirocinanti e verso noi stessi (come formatori) è essenziale. Siamo tutti esseri umani in viaggio.

Queste sono soltanto le nostre risposte; lasciamo che i gruppi ne trovino altre, in base alle loro esperienze.

### All that we share<sup>3</sup>



Per enfatizzare tutto ciò che è stato detto finora, e per concludere la sessione di apprendimento, potrebbe essere utilizzato un video significativo.

“All that we share” è una pubblicità lanciata da un canale della TV danese che celebra il concetto di una società connessa e tollerante in Danimarca. Può essere usata per parlare della questione di “inserire una persona in uno schema” e per parlare di come andare oltre i pregiudizi possa essere responsabilizzante. È un video toccante e, dopo averlo mostrato, potremmo chiedere ai partecipanti di condividere le loro impressioni e emozioni dopo averlo guardato, specificando che il quadro di riferimento è “come gestire i pregiudizi durante un percorso formativo”.

---

<sup>3</sup> La pubblicità <https://youtu.be/jD8tjhVO1Tc>

## **Feedback**

Infine, per poter concludere la sessione di formazione, potremmo chiedere ai partecipanti di condividere “in una parola” ciò che hanno vissuto, cosa porteranno con loro dall’esperienza di apprendimento.

## CAPITOLO 3: INTEGRAZIONE DEGLI ADOLESCENTI IMMIGRATI ATTRAVERSO LE TIC

### KAPWING

Vi proponiamo qui di seguito l'esempio di un corso in cui il gruppo di persone sta usando **Kapwing** per imparare l'inglese e il video editing.

I gruppi sono piccoli, di cinque o sei persone, e le lezioni sono tenute in un centro diurno del Društvo za Razvijanje Prostovoljnega dela Novo Mesto (Associazione per lo sviluppo del volontariato Novo mesto, in breve DRPDNM), in cui i volontari lavorano con il gruppo, in modo da imparare gli argomenti del corso.

Insieme, i giovani e i volontari, scattano foto e usano disegni creati dai bambini del centro, e con questi materiali creano dei video: con questi video, raccontano una storia.

L'obiettivo è imparare a creare ed editare video animati, e in questo modo diffondono un messaggio positivo di accettazione delle differenze.

I volontari che aiutano i partecipanti durante il corso raggiungono diversi obiettivi, ad esempio: imparano diversi approcci per insegnare ai partecipanti come comprendere e apprendere le competenze digitali che vengono insegnate nel corso; sostengono e stimolano l'espressione di sé e il lavoro di squadra; insieme ai partecipanti creano un ambiente multiculturale.

Le classi, di solito, durano un'ora e l'uso di Kapwing è gratis. È un sito web e tutti possono usarlo, basta solo registrarsi. Chi vuole imparare come creare video animati, ha bisogno di un computer. Il sito è molto semplice da usare.

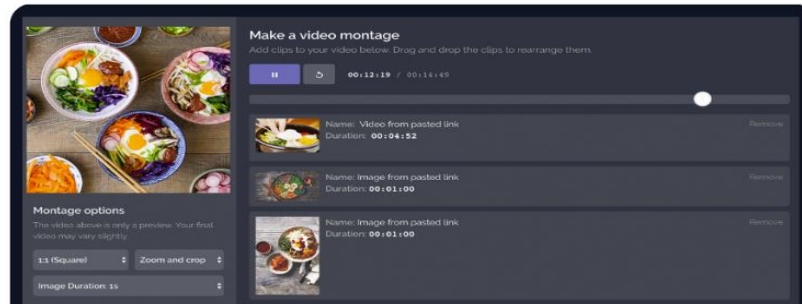
Questo è il sito:

# Video Maker

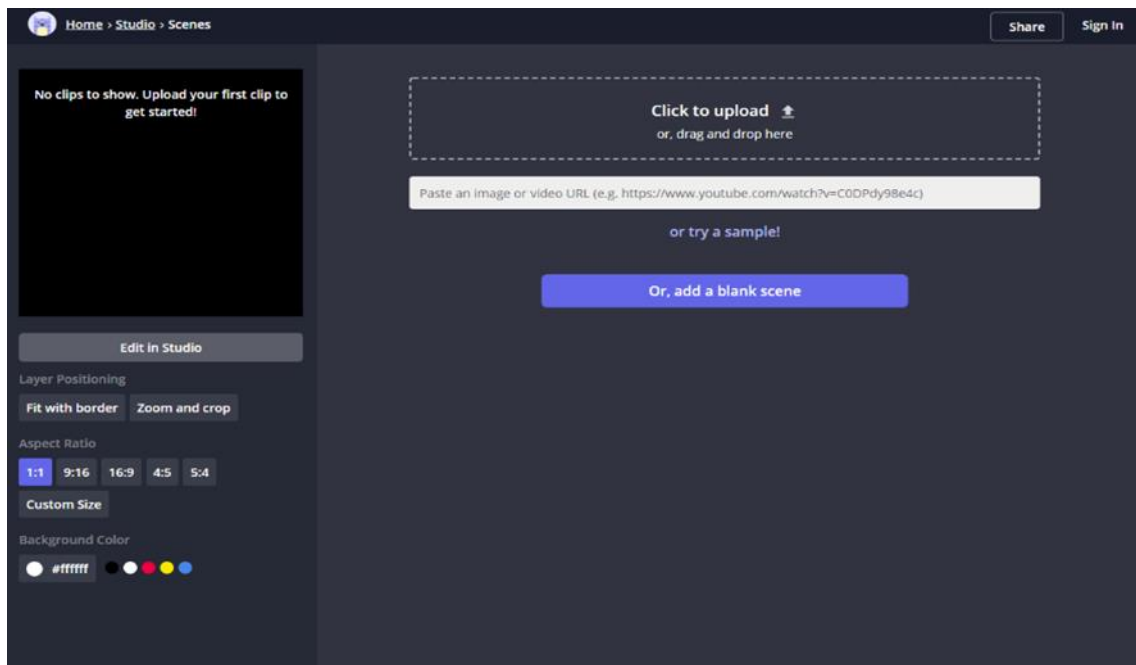
Make a video online with **Kapwing**

Get Started >

## How it works

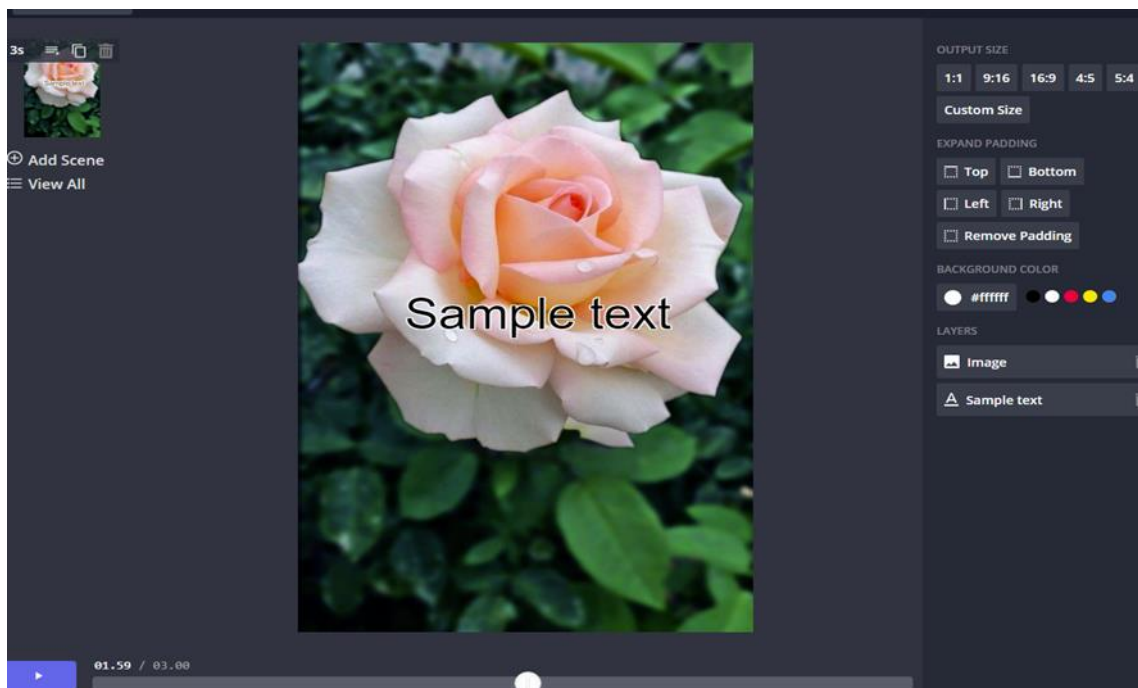


Kapwing lavora meglio se l'utente è registrato, in modo da creare video senza marchio, salvare i contenuti e molto altro.



In più, si possono caricare video e cominciare a editarli, si può scegliere la misura, il colore dello sfondo, e molto altro. In più, si possono caricare immagini dal proprio computer e fare video. Questo è ciò che i volontari del centro DRPDNM fanno con i ragazzi del posto.

Caricando le immagini, l'utente può tagliarle, sceglierne la misura, arrotondare gli angoli, ruotarle, impostare i livelli come preferisce.



Quando si crea un video, l'utente può aggiungere testo, forme, impostare il tempo (quanti secondi l'immagine resterà visibile prima di passare alla successiva, se il testo della prima immagine resterà fino al cambio dell'immagine, oppure se scomparirà prima); l'utente può aggiungere un audio al video (e decidere quanto durerà).

Tutto questo e molto altro si può fare per ogni immagine, in modo da rendere ogni video unico usando Kapwing; è un ottimo strumento, in quanto è gratis, facile da usare e, quando il video è concluso, l'utente può semplicemente scaricarlo sul proprio pc.

## MICRO:BIT

L'obiettivo principale di questo workshop è introdurre il mondo della programmazione ai giovani che prima del corso non avevano accesso a computer.

Il programma Micro:bit è semplificato e costruito in modo da essere interessante per i bambini e i giovani con meno opportunità.

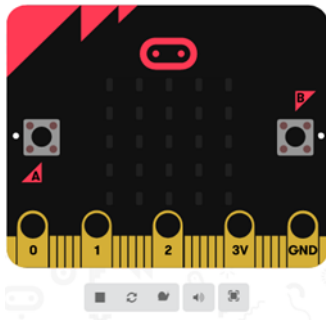
Esistono diverse varianti di Micro:bit e il prezzo può variare. Nel workshop, tenuti dai volontari del DRPDNM, si può usare la versione più semplice del programma, che costa tra i 10 e i 15 euro. Per avere un laboratorio di successo, c'è bisogno di almeno un accesso pagato al

programma, ma sarebbe meglio averne di più, in quanto risulta più facile coinvolgere più persone al workshop ed essere più creativi.

### Come usarlo

Installare il plug-in di Micro:bit sul computer e visitare il sito ufficiale dello sviluppatore (microbit.org).

Bisogna innanzitutto cliccare su "Let's code", dopodiché si aprirà la pagina con due sezioni differenti. La prima, molto semplice da usare, è MakeCode Editor, fornito da Microsoft.

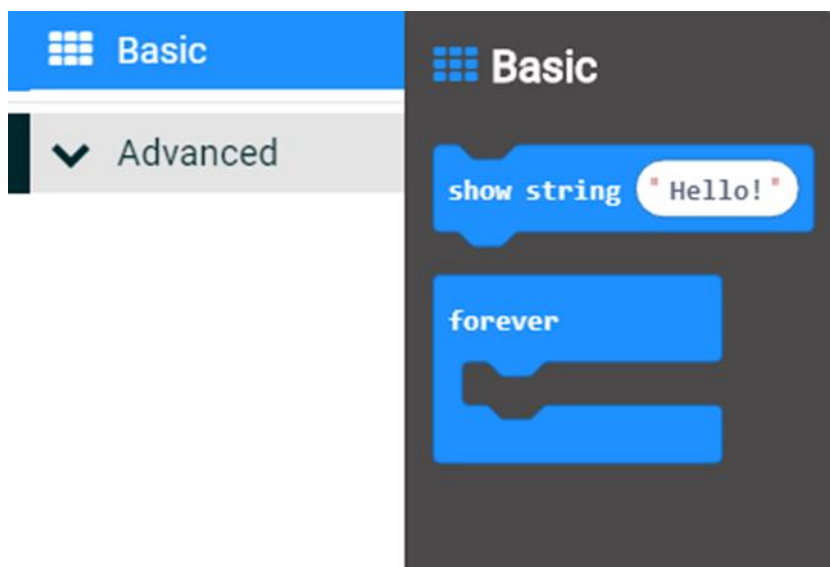


Per spiegare, useremo la voce "Name Tag", e con quella sezione metteremo il nostro nome sul display di Micro:bit.



Sul lato sinistro abbiamo il simulatore del dispositivo di Micro:bit. Ci sono due pulsanti, A e B; ci sono tre combinazioni di codifica, la prima è quella di mettere un certo codice per premere il pulsante A, la seconda è quella per premere il pulsante B, la terza è quella per premere entrambi i pulsanti contemporaneamente.

Per questa sezione serve il codice solo per il pulsante A. Il primo passo è di posizionare la "show string" nella casella "forever" per ripeterlo. Avrai solo bisogno di cambiare ("Hello!") con il tuo nome.



Nella tab di base tu hai queste caselle (*blocchi*) e tutto ciò di cui hai bisogno è inserli nell'ambiente virtuale di lavoro. E ti apparirà una cosa simile a questa:



Assicuratevi che il simulatore mostri il vostro nome. Quindi, scaricare il codice e metterlo sul dispositivo Micro:bit. Con questo, la codifica è molto facile da usare. Tuttavia, è possibile complicarla studiando il codice Java e quindi imparare ancora di più le basi, il che può essere di grande utilità.

```

1 basic.forever(function () {
2     basic.showString("Hello!")
3 })
4

```

Si possono creare grandi animazioni, e così facendo si sviluppa anche il pensiero creativo e la logica. Usando Micro:bit potete anche creare giochi, che sono semplici e facili da giocare e così facendo renderete il vostro workshop interessante e piacevole per i partecipanti.

## USO DEL COMPUTER, WEB ED E-MAIL

Nel laboratorio, i giovani hanno un primo approccio alle basi della teoria informatica e imparano tutti gli aspetti basilari del computer di cui hanno bisogno, ad esempio: come accendere e spegnere un computer, i significati dei termini come file e cartelle, come creare una nuova cartella, salvare file, etc.

## IMPOSTARE IL COMPUTER

Se si sta configurando un nuovo computer desktop, ci sono alcuni passi da compiere prima di poter iniziare ad utilizzarlo. Dopo aver trovato un posto vicino alla vostra scrivania su cui mettere la torre, dovrete collegare il monitor, la tastiera e il mouse, oltre a collegare la torre a una fonte di alimentazione.

Il desktop è la principale area di lavoro del vostro computer, e sarà l'area più visitata. Il desktop appare ogni volta che si accede al proprio account e contiene icone e collegamenti ai programmi e ai file più utilizzati. Il desktop avrà un aspetto e un funzionamento diverso a

seconda del sistema operativo utilizzato. In questo caso si utilizza il sistema operativo Windows 10.

## INTERNET

Nel workshop i tutor presentano internet ai partecipanti e li introducono a più browser, permettendo loro di scegliere quale utilizzare e quale è più adatto a loro. I partecipanti vengono anche introdotti al motore di ricerca di Google e incoraggiati a fare una ricerca su argomenti di loro interesse.

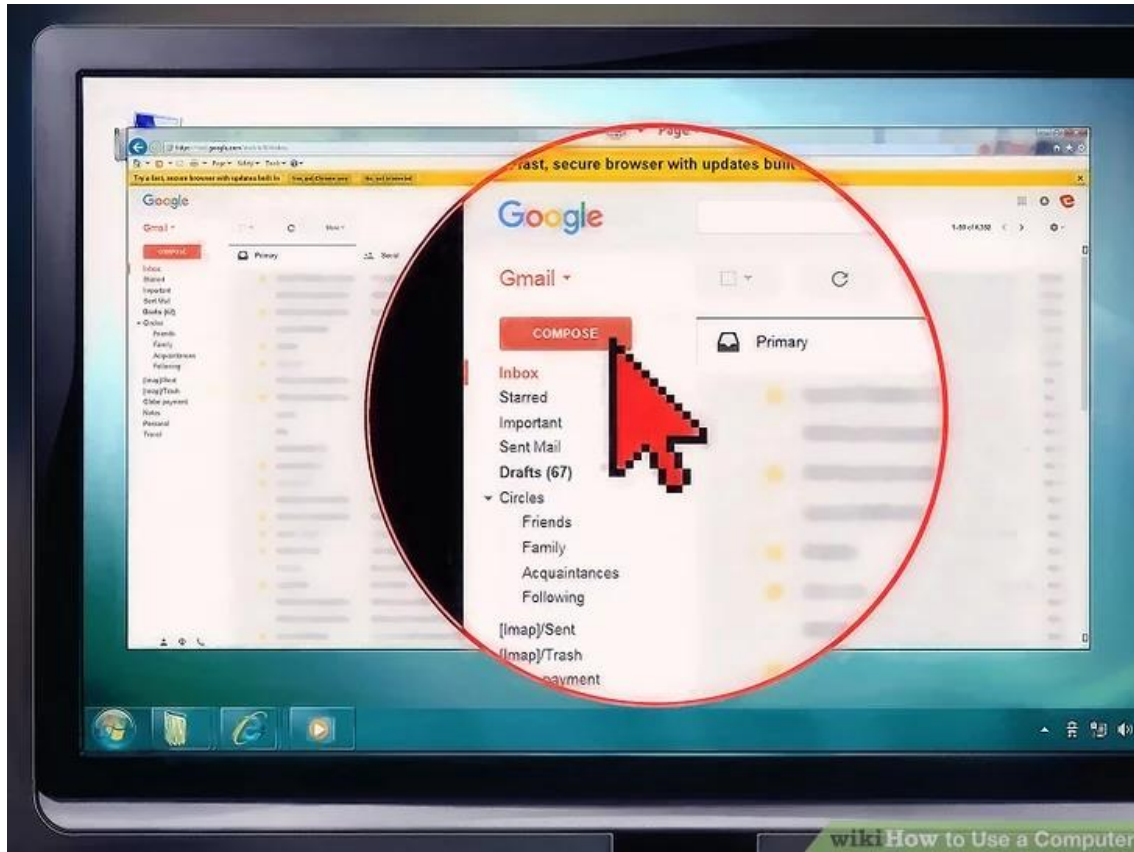
Il browser è il software che permette di visitare le pagine web, vedere video online, scaricare file, e fare essenzialmente tutto ciò che è legato a internet. Tutti i computer hanno un browser installato di default (Internet Explorer su Windows, Safari su Mac, Firefox su Linux), ma ci sono diverse alternative:

- Google Chrome, disponibile gratuitamente su Google, una delle alternative più popolari tra i browser, e permette di connettersi e sincronizzarsi con il proprio account di Google.
- Firefox è un altro browser gratis molto popolare; è molto personalizzabile e contiene molte potenti opzioni di sicurezza.

## E-MAIL

Al giorno d'oggi la posta elettronica è una delle più comuni vie di comunicazione, e sapere come inviarne è una capacità essenziale. È possibile creare un account di posta elettronica gratuito con una varietà di servizi diversi, e si potrà comporre una e-mail in pochi minuti.

Per esempio, abbiamo usato Gmail. Quindi, prima di tutto è necessario creare un account, fornendo tutte le informazioni necessarie. Dopo di che è necessario effettuare l'accesso al proprio account e si vedrà una pagina simile a questa:

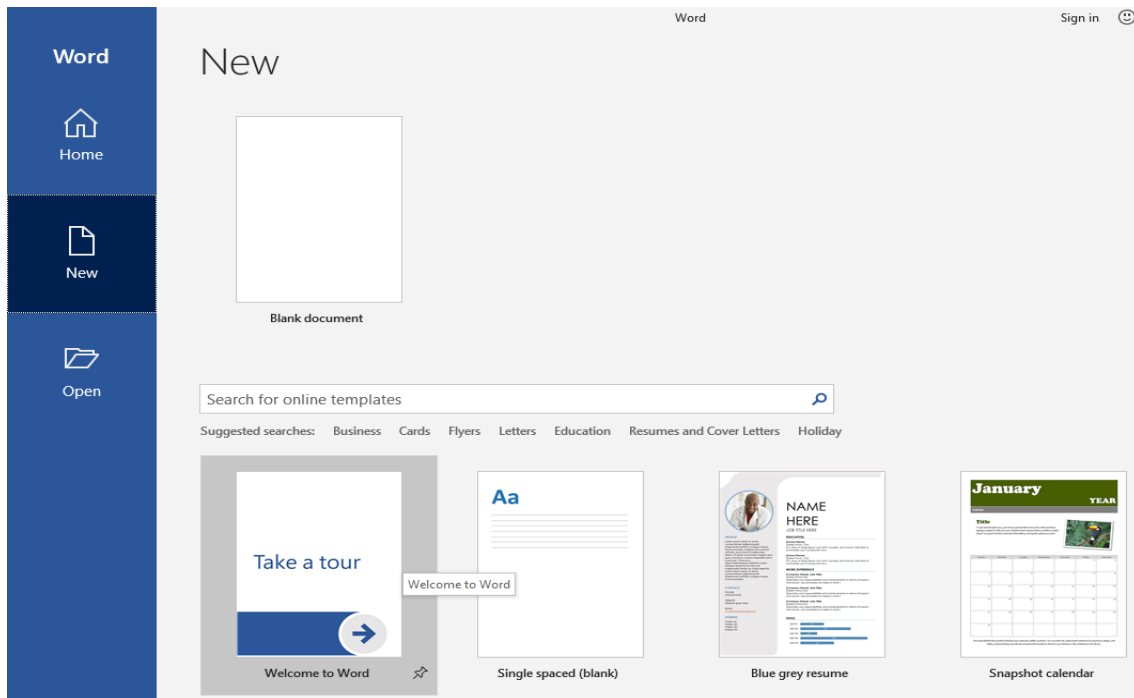


Comporre è un'opzione se si desidera inviare e-mail. In una finestra pop-up, che si aprirà quando si clicca su comporre, nella prima riga si dovrà inserire l'indirizzo e-mail di una persona a cui si vuole inviare l'e-mail, nella riga sottostante si dovrà inserire l'oggetto dell'e-mail e in una parte più ampia della finestra pop-up si scriverà un messaggio al destinatario.

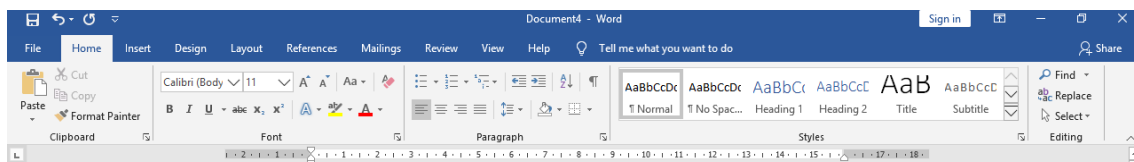
La parte importante dell'account è la posta in arrivo, in cui si possono leggere tutti i messaggi ricevuti; l'altra parte importante è la posta inviata, dove sono visibili tutti i messaggi inviati.

## MICROSOFT WORD

In questo workshop i giovani vengono introdotti a Microsoft Office; più precisamente a Word. Durante il workshop vengono apprese tutte le nozioni di base su come scrivere e salvare un documento in Word. La prima cosa che imparano, dopo aver aperto Word, è scegliere come sarà il nuovo documento.



Sono spiegate tutte le informazioni sulla barra dei menu, dove possono vedere: Barra degli strumenti, pulsante Office, schede. Cliccando sulla scheda vengono visualizzati i gruppi di strumenti. Quando si modificano diversi oggetti (ad esempio i grafici) possono apparire ulteriori barre degli strumenti: barra di scorrimento verticale, pulsante di visualizzazione del righello (sopra lo slider), pulsante avanti/indietro (sotto lo slider).





**Quick access toolbar:** Contains Save, Undo, Redo, and (arrow) buttons to change Word settings.



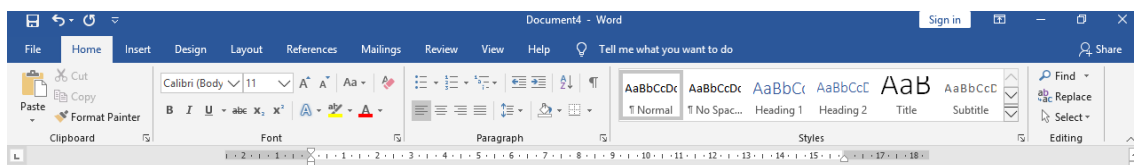
**Office button:** With the Office button, you access the tools for working documents, the list of recently opened files, Word settings and exiting the program.

**Popular:** You can set the default document language (the Language Settings section), the color scheme of the environment, the display of an additional Macro Developer tab.

**Checking:** You can set the parameters for the spelling and grammar of the text and the options for self-correction.

**Accessories:** Manage Office Add-ons - Utilities.

Quando si modificano oggetti in Word, si aprono una o più schede aggiuntive per la modifica, a seconda del tipo di oggetto (ad esempio, tabella, grafico). Queste schede sono organizzate in gruppi, come si può vedere nell'immagine sottostante:



- **Appunti:** tagliare, copiare, incollare, modellare gli appunti.
- **Font:** cambiare il font e la misura, rimuovere o aggiungere una formattazione – come il grassetto o il sottolineato; un'altra opzione è scegliere uno stile semplice senza togliere la formattazione manualmente, puoi cambiare il colore del font.
- **Paragrafo:** la formattazione del font, la selezione dello stile, l'allineamento del testo, lo spazio tra i paragrafi e l'evidenziazione del testo – questo rende più facile editare testi.

- **Stile:** una forma di testo comunemente usata (carattere, dimensione, colori, offset, bordi, riempimenti, ecc.) che viene ripetuta in un documento può essere nominata e salvata come stile. Lo stile può essere utilizzato su qualsiasi testo che riceve un tag di stile. Cambiando lo stile si modifica la visualizzazione del testo evidenziato in quello stile. Oltre ai nostri stili, abbiamo anche gli stili incorporati (per esempio testo semplice, titoli). Lo stile del testo può anche essere rimosso. Gli stili aggiunti possono essere cancellati. Un set di stili è una combinazione di stili per testo e titolo chiaro.

## UPSKILLED

Upskilled è stato creato per aumentare ulteriormente le competenze digitali e offrire un programma di formazione completo.

Upskilled incoraggia la formazione pratica (rafforzamento delle diverse competenze), il contatto con l'ambiente di lavoro reale e l'ambiente TIC, un'opportunità per un migliore successo accademico in diversi campi TIC, l'aumento dell'occupabilità, il miglioramento dell'indipendenza e dell'autostima e il potenziamento dell'iniziativa e dell'imprenditorialità.

I partecipanti, dopo aver completato il laboratorio, sapranno:

- Cos'è il graphic design;
- Le basi del visualizing graphic idea
- Cosa sono gli strumenti della tecnologia dell'informazione e della comunicazione (TIC)
- Cos'è un logo
- Come creare un logo semplice/appropriato e come utilizzarlo;
- Come creare prodotti semplici e visualmente attrattivi;
- Realizzare volantini, poster, brochure (realizzare l'idea e presentare un prodotto);
- Come creare una business card;
- Come creare un questionario online;
- Come modificare immagini;
- Le caratteristiche della sicurezza delle informazioni su internet;
- I software degli antivirus;
- Cosa sono e come usare i social network (facebook, youtube, snapchat, twitter);
- Le basi riguardo il web design;
- Come creare un sito web;
- Come usare le tecniche del web management.

## BEFUNKY

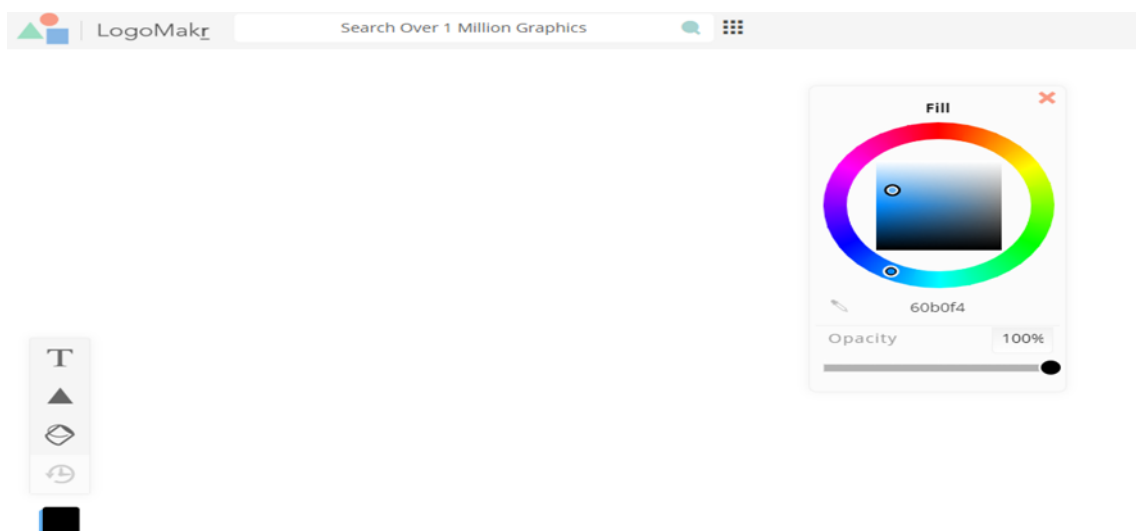
Il programma usato per modificare foto e per il grafic design è BeFunky, facilmente accessibile dal proprio browser.



Tutte le opzioni sono visibili e comprensibili. Per il grafic design è necessario soltanto creare un profilo, gratuitamente.

## LOGOMAKR

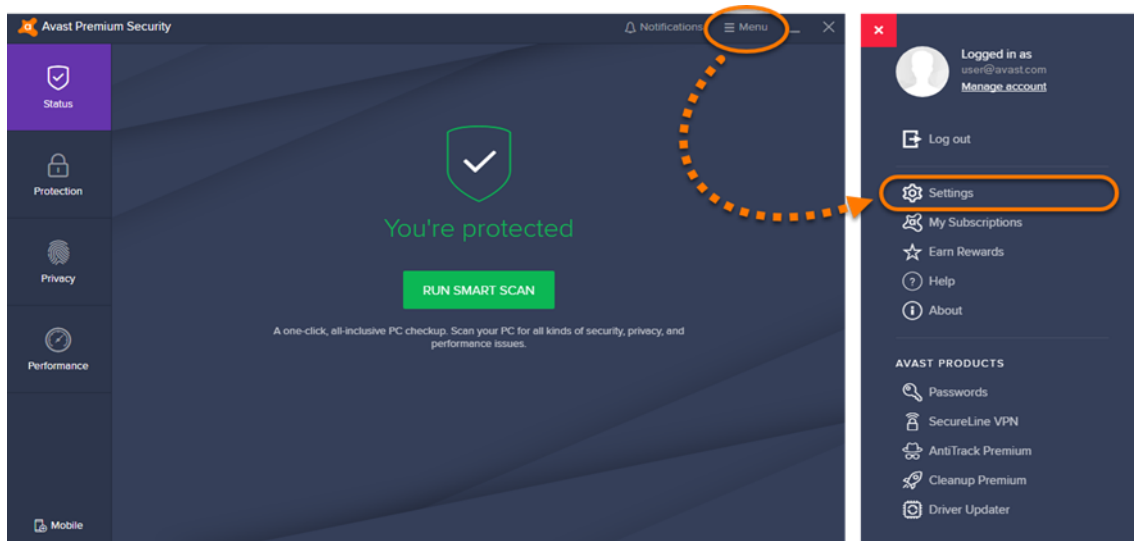
Per creare logo, i volontari insegnano ai partecipanti come usare il programma Logomakr, che offre un numero enorme di modelli, colori e forme già implementati. Con essi l'utente può creare gratuitamente un logo personale.



Nella parte superiore del sito si ha la possibilità di scegliere tra un milione di grafiche. Sul lato sinistro è possibile aggiungere testo e forme, a destra si scelgono i colori e in basso sono presenti dei tutorial che aiutano in ogni fase del percorso.

## AVAST

Uno degli aspetti più importanti del workshop è anche quello di capire cos'è l'antivirus e come installarlo sul proprio computer. La sicurezza è vitale per proteggere i dispositivi e le informazioni private.



Noi abbiamo usato Avast, classificato come il miglior programma antivirus del mondo. Nel programma antivirus è possibile controllare lo stato del dispositivo, il livello di protezione, le impostazioni di privacy e le prestazioni complessive. Di solito il programma impiega un paio di minuti per scansionare il vostro computer e vi viene notificato di tutte le irregolarità e della loro origine.

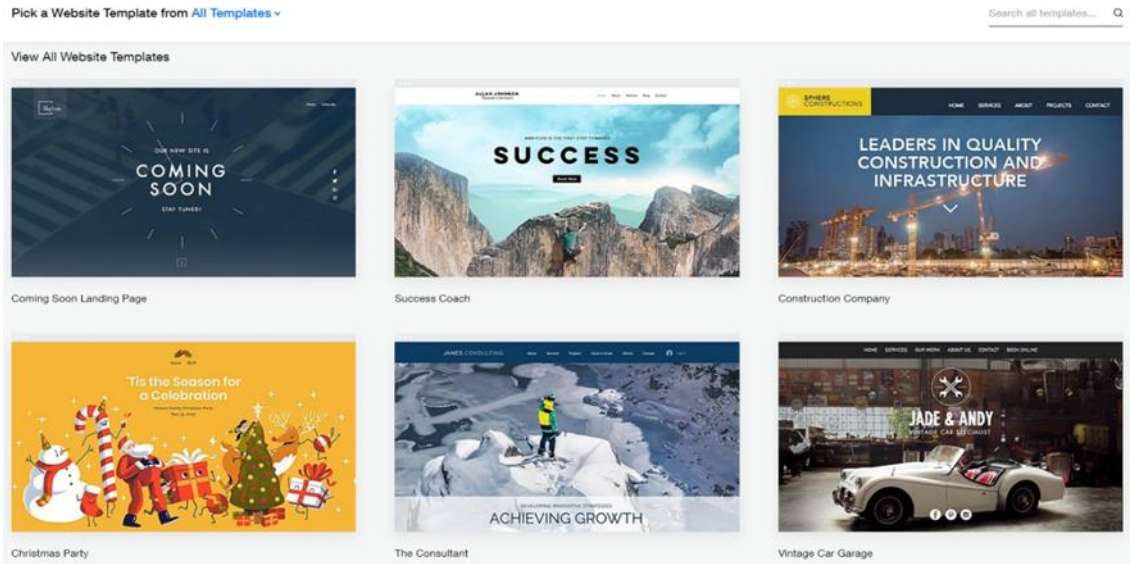
## SOCIAL NETWORK

Inoltre, una delle cose più importanti da fare è avere una conoscenza sufficiente dei social network, per poterli utilizzare in modo efficace e sicuro.

Nei laboratori, si discute riguardo **Facebook**, **Twitter** e **Snapchat** e su come usarli. Si impara a creare un account, condividere foto, aggiungere amici e come proteggere se stessi sulle piattaforme, bloccando utenti indesiderati e cambiando spesso le password. Viene insegnato a caricare video su Youtube, condividerli, segnalarli come inappropriati, ecc.

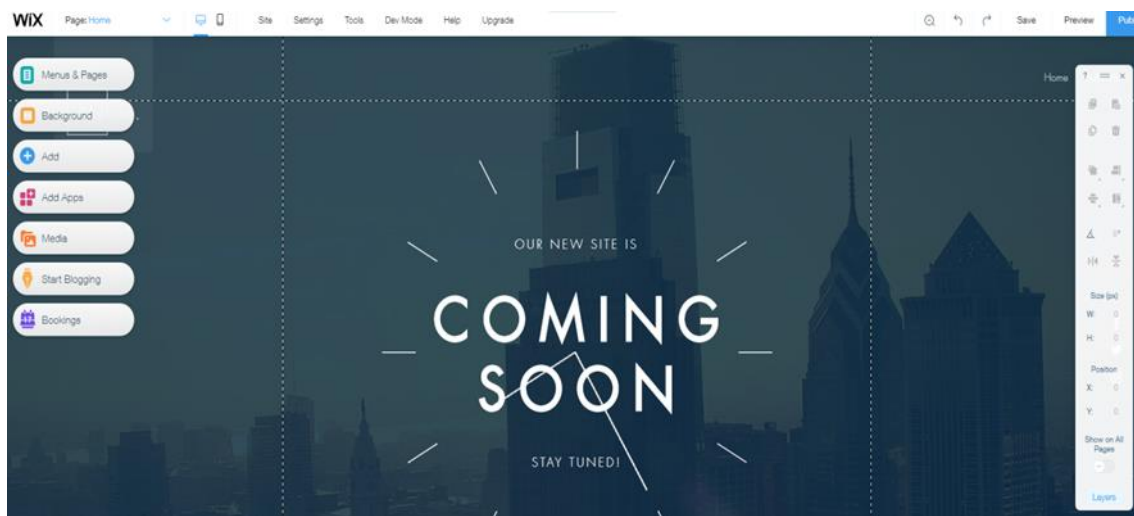
## WIX

Entriamo anche nel mondo della creazione dei siti web usando Wix come sito principale: è gratuito, ed è necessario soltanto creare un account. Per prima cosa viene offerto di scegliere un modello per il sito web.



Dopo averlo scelto, si viene immediatamente trasferiti all'editor del sito web di Wix, dove viene presentato un breve video introduttivo.

Sulla sinistra si hanno una serie di opzioni, come menu, pagine e sfondi; si possono aggiungere i propri media e le app. Sulla destra c'è l'opzione di cambiare le forme, le dimensioni e le posizioni. Nell'angolo in alto a destra, ci sono le opzioni per l'anteprima, il salvataggio e la pubblicazione del sito web.



## CAPITOLO 4: ALFABETIZZAZIONE DIGITALE

### INTRODUZIONE

Al giorno d'oggi, internet e i social media sono una parte importante della vita quotidiana: ci tengono aggiornati su ciò che succede nel mondo, allo stesso modo in cui ci permettono di rimanere in contatto con le nostre amiche, parenti e altre persone.

In questa sezione, vi diremo tutto ciò che c'è da sapere riguardo i principali social media e servizi di messaggistica.

### SOCIAL MEDIA PRINCIPALI

#### FACEBOOK

##### COS'È?



Facebook è un social network in cui gli utenti possono postare commenti, condividere foto e postare link di notizie e altri contenuti interessanti della rete, chattare in live, guardare brevi video.

##### **Iscriversi**

1. Visitare il sito di Facebook <https://www.facebook.com/>.
2. Sulla homepage, scrivere il proprio nome, cognome, numero di cellulare o email, la password, la data di nascita e il genere.
3. Premere "Iscriviti".

##### **Impostare la privacy**

Dopo aver effettuato l'accesso, si possono impostare le opzioni per la privacy, in modo da controllare chi può vedere il profilo e le informazioni.

Seguendo questi semplici passaggi per cambiare le impostazioni della privacy.

1. Cliccare sulla freccia rivolta verso il basso, che si trova nell'angolo in alto a destra di qualsiasi pagina Facebook.
2. Cliccare su "Impostazioni".
3. Nella barra laterale di sinistra, premere "Privacy".

4. Impostare chi può vedere i post passati e futuri. Si può anche controllare come gli altri possono trovarvi e contattarvi.

### Aggiungere amici:

Ora che siete su Facebook, il prossimo passo è cercare i vostri amici! Per cercare i vostri amici su Facebook, seguite questi semplici passaggi:

1. Accedere al proprio profilo
2. Premere il pulsante "Amici"
3. Cliccare su "Trova amici". Vedrete una lista di richieste di amicizia da parte di altre persone e una lista di persone che potreste conoscere e che potete aggiungere come amici.

In ogni caso, potete trovare i vostri amici cercando i loro nomi o importando la lista di contatti dalla email, iCloud o telefono.

### Postare su Facebook:

Lo scopo principale di Facebook è aiutare amici e famigliari a connettersi l'un l'altro; il modo migliore è aggiornare amici e parenti riguardo la propria vita attraverso l'aggiornamento di stato.

Per condividere uno stato su Facebook, vai alla casella di testo in cima alla tua pagina di newsfeed o alla pagina del tuo profilo.

Con gli aggiornamenti di stato, è possibile condividere il testo con 15 diversi sfondi colorati, foto, video, GIF, adesivi e link. È anche possibile condividere altri tipi di messaggi, come ad esempio:

- **Stato d'animo/Attività:** Condividere come ci si sente attualmente o cosa si sta facendo.
- **Check-in:** Quando visiti una città, una località o un luogo, fai il check-in e fai sapere ai tuoi amici dove ti trovi.
- **Tagga gli amici:** Se siete in giro con gli amici, taggateli nello stato e condividete con loro quello che state facendo.
- **Tag Evento:** Se siete a un evento, potete taggarlo nello stato e condividere a quale evento state partecipando.
- **Chiedere suggerimenti:** Se vi siete appena trasferiti da qualche parte o state per visitare un luogo, potete chiedere ai vostri amici di Facebook consigli su dove andare.

- **Sondaggio:** Chiedete ai vostri amici di Facebook qual è la loro opinione su un certo argomento.
- **Sostenete il Noprofit:** Scegliete un'organizzazione no-profit di vostra scelta e condividetela attraverso il vostro status. Gli amici possono quindi premere il pulsante donazioni per sostenere l'organizzazione scelta.
- **Rispondete a una domanda:** Scegliete una domanda predeterminata a cui rispondere o create la vostra domanda e condividetela con i vostri amici di Facebook.
- **Elenchi:** Scegliete un argomento predeterminato per fare una lista o create il vostro argomento e condividetelo con i vostri amici di Facebook.
- **Storie di Facebook:** Tutti i contenuti che potete condividere attraverso un aggiornamento di stato sono condivisibili attraverso la vostra storia di Facebook. Potete anche caricare contenuti nelle vostre storie cliccando sul pulsante "Aggiungi alla tua storia" nella barra laterale destra. Inoltre, potete guardare tutte le storie di Facebook dei vostri amici cliccando sulla loro foto nella sezione Storie, che si trova anch'essa sulla barra laterale destra della vostra home page.

#### **Caricare foto e video:**

Su Facebook, è possibile aggiungere al proprio profilo foto, video, album e video dal vivo per condividerli con i propri amici.

Per caricare foto o video sul profilo, seguite questi quattro semplici passi:

1. Accedere al profilo.
2. Premere la scheda "Foto".
3. Premere "Aggiungi foto/video".
4. Caricare le foto o i video dal computer.

Per creare un album di foto o video, seguite questi passaggi:

1. Accedere al profilo.
2. Premere la scheda "Foto".
3. Premere "Crea album".
4. Caricare immagini o video dal computer.

Per effettuare una diretta sul vostro account Facebook, seguite questi tre semplici passi:

1. Nel riquadro che dice "A cosa stai pensando?", premete "Video in diretta".

2. Una volta avviato, potete scrivere una descrizione della vostra trasmissione, taggare persone, aggiungere uno stato d'animo/attività, aggiungerti a un evento, supportare un no-profit o aggiungere un sondaggio. Potete anche dare un titolo alla vostra trasmissione o taggare un videogioco se state trasmettendo dal vivo in streaming qualcuno o voi stessi mentre giocate a un videogioco.
3. Premere "Vai in live" quando hai finito di descrivere la tua trasmissione live.

### **Altre caratteristiche utili:**

Facebook non è solamente una piattaforma per i contenuti virali e la connessione. È anche un hub per le comunicazioni, lo streaming video, i mercati e i giochi.

#### **1. Eventi:**

La pagina Eventi su Facebook vi mostrerà tutti i prossimi eventi popolari tra i vostri amici di Facebook o che sono stati organizzati dai gruppi a cui appartenete. Potete anche trovare gli eventi in base alla data, al luogo e alla categoria.

Per trovare la pagina Eventi, premete il pulsante "Home". Poi, sulla barra laterale sinistra, vedrete la sezione Esplora, dove potrete cliccare su "Eventi".

#### **2. Gruppi:**

La pagina Gruppi su Facebook vi mostrerà quali gruppi gestite e a quali appartenete. Potete anche scoprire i gruppi a cui aderire sulla base dei suggerimenti di Facebook e di un sacco di altre categorie.

Per accedere alla pagina Gruppi, premete il pulsante "Home" e poi, sulla barra laterale sinistra, vedrete la sezione Esplora, dove potrete cliccare su "Gruppi".

#### **3. Facebook Watch:**

Sulla piattaforma è possibile guardare i video degli spettacoli che si seguono e cercare altri spettacoli e video.

Per accedere a Facebook Watch, premere il pulsante "Home". Poi, sulla barra laterale sinistra, vedrete il pulsante "Watch" proprio sotto il pulsante "Messenger".

#### **4. Marketplace:**

Con il Marketplace di Facebook, puoi cercare tutti i tipi di prodotti, unirti a gruppi per acquistare e vendere prodotti con persone della tua zona o che condividono

interessi simili, acquistare prodotti venduti da diversi negozi, fare acquisti per categoria e vendere i tuoi articoli.

Per accedere a Facebook Marketplace, premere il pulsante "Home". Poi, sulla barra laterale sinistra, vedrete il pulsante "Marketplace: pulsante proprio sotto il pulsante " Watch ".

## 5. Giochi:

Facebook ospita un'enorme collezione di giochi molto popolari, ed è possibile sfogliare i giochi più popolari della piattaforma per classifiche e categorie. È anche possibile giocare la maggior parte dei giochi con i tuoi amici.

## INSTAGRAM

COS'È?



Instagram è un social creato per condividere foto e video. È come una versione semplificata di Facebook, con un'enfasi sull'uso mobile e la condivisione visiva.

Proprio come gli altri social network, è possibile interagire con gli altri utenti di Instagram seguendoli, facendosi seguire da loro, commentando, mettendo like, taggando e usando la messaggistica privata. Potete anche salvare le foto che vedete su Instagram.

Potete anche configurare il vostro account Instagram in modo che le foto vengano pubblicate su Facebook, Twitter, Tumblr o Flickr.

COME USARLO

### Iscriversi a Instagram:

1. Andate su <https://www.instagram.com/accounts/emailsignup> dal computer, oppure scaricate l'applicazione Instagram dall'App Store (iPhone) o dal Google Play Store (Android).
2. Se siete sul desktop, clicca su "Accedi con Facebook", oppure compilate il modulo con numero di cellulare o e-mail, nome, nome utente e password. Poi cliccate su "Iscriviti".
3. Su Android, cliccate su "Iscriviti con e-mail o numero di telefono".
4. Su iPhone, selezionare "Crea nuovo account".
5. Inserire l'indirizzo e-mail e il numero di telefono, quindi fare clic su "Avanti". In alternativa, potete anche registrarvi con il vostro account Facebook sull'app.

6. Una volta compilati il nome utente e la password, vi verrà richiesto di compilare le informazioni del vostro profilo. Quindi, cliccate su "Fatto".
7. Se vi registrate con Facebook, dovrete accedere al vostro account Facebook se siete attualmente disconnessi.

### **Notifiche:**

Quando l'account viene creato, si dovranno modificare le notifiche in modo da ricevere solo le informazioni che desideri.

Per personalizzare le notifiche che ricevete, seguite questi passi:

1. Andate al vostro account personale (che troverete premendo l'icona della persona in basso a destra dello schermo). Poi, cliccate sull'icona "Impostazioni" (l'icona a forma di cerchio accanto a "Modifica profilo").
2. Scorrere verso il basso fino a "Notifiche".
3. Spuntate le notifiche che volete ricevere.

### **Connessione con altri account social:**

Quando posti un'immagine su Instagram, hai l'opzione di condividerla su altri account social, come il tuo Facebook o Twitter.

Per collegare gli altri social media al tuo Instagram, segui questi passaggi:

1. Andate su "Impostazioni" e cliccate su "Conti collegati".
2. Selezionate il social media a cui volete collegarvi e inserite le informazioni necessarie per incorporare il canale al vostro Instagram.

### **Caricare, modificare e pubblicare un'immagine:**

Ora, per la parte più importante di Instagram: come caricare e pubblicare un'immagine. Instagram è una piattaforma interamente visiva. A differenza di Facebook, che si basa sia sul testo che sulle immagini, o di Twitter, che si basa solo sul testo, l'unico scopo di Instagram è quello di permettere agli utenti di condividere immagini o video con il loro pubblico.

Scopriamo come caricare, modificare e pubblicare un'immagine:

1. Fare clic sull'icona "+" in basso al centro dello schermo.

2. Qui, avete tre opzioni. Si può guardare la libreria di foto sul telefono, scattare una nuova foto da destra all'interno di Instagram, oppure fare un nuovo video. Poi, cliccate su "Avanti" in alto a destra.
3. Ci sono due categorie che potete usare per modificare la vostra immagine: "Filtro" e "Modifica". Instagram vi mostra automaticamente i filtri. Potete scorrere il carosello e cliccare su uno dei filtri per applicarlo alla vostra immagine. Inoltre, se volete usare un filtro ma volete attenuarlo, toccate due volte il filtro e spostate il cursore a sinistra per diminuire l'intensità del filtro.
4. Successivamente, fare clic su "Modifica". Qui è possibile regolare il contrasto, la luminosità, la struttura, il calore e altro ancora. Quando siete soddisfatti della vostra immagine modificata, o se non volete modificarla affatto, cliccate su "Avanti" in alto a destra.
5. Ora, potete aggiungere una didascalia, taggare le persone (potete taggare qualcuno solo se ha anche un account Instagram), e aggiungere una posizione. Inoltre, cliccate sul pulsante accanto a Facebook o su un altro account di social media collegato per condividere la vostra immagine su quella piattaforma. Quando siete pronti per la pubblicazione, cliccate su "Condividi" in alto a destra.

### **Caricare una foto o un video alla tua storia:**

Nel 2016, Instagram ha lanciato "Stories", una funzione che permette di pubblicare video o immagini che scompaiono dopo 24 ore. La funzione Stories di Instagram è simile a quella di Snapchat in termini di contenuti: gli utenti pubblicano spesso video e immagini più casuali e sinceri, offrendo scorci sulla loro vita di tutti i giorni.

Per imparare a caricare un'immagine o un video nelle Storie, seguite questi passi:

1. Fare clic sull'icona della fotocamera in alto a sinistra.
2. Una volta all'interno della funzione Storie, potete scattare una foto o un video direttamente dall'interno dell'applicazione. In alternativa, se avete un'immagine salvata sul telefono che vorreste usare, clicca sul quadratino in basso a sinistra.
3. Fare clic su una foto che si desidera utilizzare nelle Storie.
4. In alto a destra, avete diverse funzioni di editing. La faccina sorridente permette di aggiungere una posizione, un hashtag, l'ora, la data e altre immagini divertenti o emojis alla tua foto. La matita permette di scrivere o disegnare a mano sull'immagine. E l'icona "Aa" è il pulsante del testo. Una volta cliccato "Aa", avete la possibilità di cambiare il vostro font cliccando su "Classic" in alto.

5. Una volta soddisfatti del contenuto, cliccare sull'icona "+ La tua storia" in basso a sinistra, che permette di condividere la storia con tutti quelli che vi seguono, oppure selezionare "Invia a" per inviare il post a qualcuno in particolare.

### **Utenti seguiti:**

È incredibilmente facile trovare e seguire gli utenti. Utilizzando la funzione di ricerca di Instagram, è possibile trovare celebrità, marchi e amici. Inoltre, è possibile cercare "Tag" o "Luoghi".

Per seguire qualcuno, seguite questi tre semplici passi:

1. Cliccate sull'icona di ricerca nella parte inferiore dello schermo (sembra una lente d'ingrandimento).
2. Successivamente, digitate una persona o una marca.
3. Una volta che siete sull'account di qualcun altro, vedrete un pulsante blu "Segui" in alto. Per i profili pubblici, potete cliccare e iniziare immediatamente a seguire quell'account. Tuttavia, se il profilo è privato, potreste dover aspettare che vi accettino.

## TWITTER

### COS'È?



Twitter è un sito di notizie online e social network, oltre che un sistema di microblogging, dove le persone comunicano in brevi messaggi chiamati tweet. I tweet possono essere lunghi fino a 280 caratteri e possono includere link a siti web e risorse rilevanti. Gli utenti di Twitter seguono gli altri utenti e condividono i loro contenuti ritweettando, così come mostrano il loro apprezzamento facendo regali.

### COME USARLO

#### **Iscriversi a Twitter:**

1. Andate su <http://twitter.com> e trovate il box di registrazione, oppure andate direttamente su <https://twitter.com/signup>.
2. Verrete guidati attraverso l'esperienza di iscrizione e vi verrà richiesto di inserire informazioni come il vostro nome e l'indirizzo e-mail.
3. Se scegliete di iscrivervi con un indirizzo e-mail, Twitter vi chiederà di verificare il vostro indirizzo e-mail inviandovi un'e-mail con le istruzioni.

4. Se scegliete di registrarvi con un numero di telefono, Twitter vi chiederà di verificarlo inviandovi un SMS con un codice. Potete anche richiedere una chiamata vocale per verificare il vostro numero di telefono. Inserire il codice di verifica nell'apposita casella.
5. Una volta registrato un account, è possibile selezionare un nome utente (i nomi utente sono identificatori univoci su Twitter). Twitter vi dirà se il nome utente desiderato è disponibile.

### **Twittare:**

Una volta creato l'account, siete pronti per postare un tweet. È molto simile allo stato di Facebook, solo che il messaggio Twitter che mandi è pubblico e deve essere corto (massimo 280 caratteri).

Per postare un tweet, seguite questi semplici passaggi:

1. Digitare il tweet nella casella di composizione nella parte superiore della Home, oppure cliccare sul pulsante Tweet nella barra di navigazione.
2. Si possono includere fino a 4 foto, una GIF o un video nel vostro tweet.
3. Cliccate sul pulsante "Tweet" per pubblicare il tweet sul vostro profilo.

### **Postare una foto, un video o una GIF in un tweet:**

Si possono aggiungere immagini, GIF e video (massimo 1 file) ai tweet. Per farlo, seguite questi passaggi:

1. Dalla casella per comporre Tweet, fare clic sull'icona della foto per caricare un'immagine, GIF o video dal computer o dal telefono.
2. Per cercare e selezionare una GIF dalla libreria GIF, fare clic sull'icona GIF.
3. Una volta scelta una foto, un video o una GIF, il contenuto multimediale verrà allegato al Tweet a grandezza naturale. È possibile selezionare fino a 4 foto su Tweet contemporaneamente, ma solo 1 GIF o video alla volta.
4. Fare clic su "Tweet" per pubblicare.

### **Ritweettare:**

Un Tweet condiviso pubblicamente con i propri followers è noto come retweet. È un ottimo modo per trasmettere notizie e scoperte interessanti su Twitter. Avete la possibilità di aggiungere i vostri commenti e/o media prima del retweet.

Quando si utilizza l'icona Retweet di Twitter, il vostro Retweet o Retweet con commento farà riferimento al Tweet che state condividendo. Quando qualcuno risponde al vostro Retweet con un commento, l'autore del Tweet originale non verrà automaticamente aggiunto alla conversazione. Se vuoi includere l'autore del Tweet originale, dovrai citare il suo nome utente.

Per ritweettare il tweet di qualcuno, seguite questi passi:

1. Toccare il Tweet che vorreste condividere.
2. Fare clic sul pulsante Retweet. Un pop-up ti mostrerà il Tweet che si sta per ritweettare.
3. Fare clic sul pulsante Retweet.

### **Utenti seguiti:**

È molto facile trovare e seguire gli utenti. Utilizzando la funzione di ricerca di Twitter, è possibile trovare celebrità, marchi e amici. Inoltre, è possibile cercare tramite "Hashtag".

Per seguire qualcuno, ci sono due opzioni:

a) Seguire da un tweet:

Da un computer:

1. Trovare un Tweet dall'account che si desidera seguire.
2. Passare il mouse sopra il nome.
3. Fare clic sul pulsante Segui.

Da uno smartphone:

1. Trovare un Tweet dell'account che si desidera seguire.
2. Toccare l'icona della freccia situata nella parte superiore del Tweet.
3. Toccare Segui dal menu di selezione.

b) Seguire dalla pagina del profilo di un account:

1. Andare alla pagina del profilo dell'account che si desidera seguire.
2. Fare clic sul pulsante Segui.

## PRINCIPALI SERVIZI DI MESSAGGISTICA ISTANTANEA

MESSENGER

COS'È?



Facebook Messenger è un'applicazione gratuita di messaggistica mobile utilizzata per la messaggistica istantanea, la condivisione di foto, video, registrazioni audio e per le chat di gruppo. L'app, scaricabile gratuitamente, può essere utilizzata per comunicare con i vostri amici su Facebook e con i vostri contatti telefonici.

#### COME USARLO

##### **Iscriversi a Messenger:**

1. Scaricare l'applicazione da Apple Store (iOS) o Play Store (Android) sul vostro dispositivo mobile.
2. Una volta scaricata, aprire l'applicazione. Messenger vi chiederà di accedere con un account Facebook. Se avete già l'app Facebook sul vostro dispositivo, non sarà necessario inserire i vostri dati di accesso.
3. Se non avete un account Facebook, potete creare un account speciale Messenger utilizzando il vostro numero di telefono. Questo vi permetterà di chattare con altre persone nella vostra lista di contatti che utilizzano Messenger, ma non potrete accedere alle chat di Facebook. Toccate "Non su Facebook" nella schermata di login per creare un account Messenger.

##### **Chattare con gli amici:**

Una volta iscritti, è il momento di mandare un messaggio ai vostri amici! Basta seguire questi passi:

1. Cliccare sul pulsante del nuovo messaggio (l'icona della matita che si trova nell'angolo in alto a destra).
2. Selezionare un contatto dall'elenco dei contatti. Se si desidera creare una chat di gruppo, basta selezionare tutti i contatti che si desiderano.
3. Una volta scelto l'amico con cui si vuole parlare, si verrà guidati in una chat room. Lì, toccate la barra di testo e iniziate a digitare il vostro messaggio.

##### **Inviare contenuti multimediali:**

Con Messenger, come altri servizi di messaggistica, si possono aggiungere, ai propri messaggi, foto, emoji, GIF, video, sticker, audio messaggi.

Per inviare contenuti multimediali, seguite questi passaggi:

1. Nella chat room, cliccare sulla faccina sorridente che si trova sul lato sinistro della barra di testo. Poi, cliccate su "Emojis" per aggiungere un emoji, "GIF" per aggiungere una GIF o "Stickers" per aggiungere un adesivo.
2. Se volete inviare una foto o un video, cliccate sul pulsante della galleria (l'icona del paesaggio) che si trova sul lato sinistro della barra di testo, selezionate l'archivio che volete condividere e cliccate sul pulsante "Invia" (l'icona dell'aereo di carta).
  - Se volete inviare una foto o un video in tempo reale, cliccate sull'icona della fotocamera che si trova accanto all'icona del paesaggio.
3. Se volete inviare un messaggio audio, cliccate sull'icona del microfono sul lato sinistro della barra laterale, tenetela premuta e iniziate a parlare per registrare il vostro messaggio. Dopo di che, alzate il dito e il messaggio audio verrà inviato automaticamente.

### **Fare chiamate:**

È possibile effettuare chiamate e video chiamate gratuitamente con chiunque usi l'app di Messenger; basta seguire questi passaggi:

1. Aprire una conversazione con la persona che si desidera chiamare.
2. Toccare il pulsante Telefono o Videochiamata per avviare una chiamata, che si trovano in alto a destra della chat room.

## SNAPCHAT

COS'È?



Snapchat è sia una piattaforma di messaggistica che un social network che può essere utilizzato solo su smartphone.

In altre parole, Snapchat è un'applicazione che ha veramente cambiato il modo in cui le persone interagiscono con gli amici rispetto ad altri noti social network come Facebook e Twitter. Gli utenti possono chattare con i loro amici inviando loro foto e brevi video della durata massima di 10 secondi, che si "autodistruggono" automaticamente pochi secondi dopo essere stati visti dal destinatario, rendendola l'app perfetta per la messaggistica istantanea veloce tramite foto o video.

COME USARLA

### **Iscriversi a Snapchat:**

1. Scaricare l'applicazione da Apple Store (iOS) o Play Store (Android) sul vostro dispositivo mobile.
2. Una volta scaricata, aprire l'applicazione e toccare il pulsante "Iscriviti" per creare un nuovo account.
3. Inserire il proprio indirizzo e-mail, una password e la propria data di nascita. È quindi possibile scegliere un nome utente, che funge da identità unica della piattaforma Snapchat.
4. Dopo di che, verificate il vostro account aggiungendo il vostro numero di telefono. Se non volete fornire il vostro numero, toccate "Salta" e Snapchat visualizzerà una schermata con una griglia di diverse piccole immagini. Vi verrà chiesto di toccare le immagini che contengono un fantasma per dimostrare che siete una persona reale.
5. Una volta verificato con successo il vostro nuovo account, potrete iniziare a inviare e ricevere foto dagli amici.

### **Aggiungere amici:**

Per aggiungere amici, passare il dito verso sinistra o toccare l'icona dell'elenco nell'angolo in basso a destra sullo schermo della fotocamera. Verrete portati nella vostra lista di amici.

Ci sono due modi per trovare e aggiungere amici su Snapchat:

#### a) Ricerca per nome utente:

1. Toccare la piccola lente di ingrandimento nella parte superiore dello schermo nella scheda dell'elenco amici.
2. Digitare i nomi utente Snapchat dei propri amici.

#### b) Ricerca in base all'elenco dei contatti:

1. Se non si conosce il nome utente Snapchat di un amico ma lo si trova nell'elenco dei contatti, toccare l'icona con il segno più piccolo nella parte superiore dello schermo, seguita dall'icona del libretto nella schermata successiva per consentire a Snapchat di accedere ai tuoi contatti in modo che possa trovare automaticamente i tuoi amici per te. Dovrete verificare il vostro numero di telefono qui se avete saltato questo passaggio al momento della prima configurazione del vostro account.

2. Toccare il segno più grande accanto a qualsiasi nome utente per aggiungere quella persona alla tua lista di amici della Snapchat. È possibile premere il pulsante aggiorna sull'elenco amici per vedere i nuovi amici che sono stati aggiunti.

### **Fare uno snap:**

Ora che avete il vostro account e i vostri amici, è il momento di scattare una foto! È facile come accedere allo schermo centrale dove si attiva la fotocamera del dispositivo. Potete scattare una foto o un video messaggio.

Potete anche toccare l'icona della fotocamera nell'angolo in alto a destra per passare dalla fotocamera posteriore del vostro dispositivo a quella frontale. È possibile salvare lo scatto anche nella galleria toccando il pulsante freccia accanto ad essa.

- Per scattare una foto:

1. Puntate la vostra fotocamera su qualsiasi cosa vogliate inserire nella foto.
2. Toccare il grande pulsante al centro in basso.

- Per fare un video:

1. Puntate la telecamera su qualsiasi cosa vogliate ci sia nel video.
2. Tenere premuto il grande pulsante tondo al centro in basso per filmare.
3. Alzare il dito quando si ha finito di filmare. Un timer sarà visibile intorno al pulsante per farvi sapere quando la lunghezza massima del video di 10 secondi è terminata.
4. Nel caso in cui non vogliate l'audio sul vostro video, toccate l'icona del suono per disattivarlo.

Nel caso in cui non foste soddisfatti della foto o del video, premere la grande X nell'angolo in alto a sinistra per cancellarli e ricominciare.

- Aggiungere una didascalia:

1. Toccare il centro dello schermo per visualizzare la tastiera del dispositivo.
2. Digitare una breve didascalia nello snap.

- Aggiungere un disegno:

1. Toccare l'icona della matita nell'angolo in alto a destra.
2. Selezionare un colore e scarabocchiare su tutto lo snap.

### **Inviare uno snap e/o postarlo in una storia:**

Una volta soddisfatti dell'aspetto dello snap, è possibile inviarlo a uno o più amici e/o pubblicarlo pubblicamente sul proprio nome utente Snapchat come storia.

Una Snapchat Story è uno snap che viene visualizzato come una piccola icona sotto il tuo nome utente, che può essere visualizzata da qualsiasi amico accedendo alla lista di amici. È possibile toccarla per visualizzarla, e rimarrà lì per 24 ore prima di essere automaticamente cancellata.

- Pubblicare lo snap come storia:
  1. Toccare l'icona quadrata con il segno + all'interno.
  2. Premere il pulsante di invio nella parte inferiore dello schermo quando si ha finito.
- Inviare lo snap ai propri amici:
  1. Toccare l'icona della freccia in basso per visualizzare l'elenco degli amici.
  2. Selezionare un segno di spunta accanto al nome utente di qualcuno per inviarlo.
  3. Premere il pulsante di invio nella parte inferiore dello schermo quando si ha finito.

### **Vedere gli snap ricevuti dagli amici:**

Sarete avvisati da Snapchat ogni volta che un amico vi invierà un nuovo snap. È possibile accedere agli snap ricevuti in qualsiasi momento toccando l'icona quadrata dalla schermata dello snap o passando il dito verso destra.

Per visualizzare uno snap ricevuto:

1. Toccatelo e tenete premuto.
2. Una volta scaduto il tempo di visualizzazione di quello snap, questo non sarà più visibile e non sarà più possibile vederlo.

Ci sono state delle polemiche riguardo la privacy di Snapchat e alla possibilità di effettuare screenshot. Si può certamente fare uno screenshot di uno snap ricevuto, ma se lo si fa, Snapchat invierà una notifica all'amico che l'ha inviato.

### **Chattare in tempo reale tramite testo o video:**

Snapchat ha recentemente introdotto una nuova funzionalità che consente agli utenti di inviare messaggi di testo e chattare tra loro tramite video in tempo reale, all'interno dell'app.

Per provare, seguite questi punti:

1. Accedere allo schermo con tutti i messaggi istantanei ricevuti.
2. Passare il dito sul nome utente con cui si desidera chattare. Sarete condotti alla schermata della chat, che potrete utilizzare per digitare e inviare un messaggio di testo rapido.

Snapchat avviserà se uno degli amici è attualmente su Snapchat e sta leggendo i vostri messaggi. Questa è l'unica volta in cui è possibile attivare una video chat. Sarà possibile premere e tenere premuto un grande pulsante blu per avviare una video chat con quell'amico. Basta alzare il dito dal pulsante per riagganciare la chat.

## TELEGRAM

### COS'È?



Telegram è un'applicazione di messaggistica che funziona su Internet, proprio come WhatsApp o Facebook Messenger, con particolare attenzione alla velocità e alla sicurezza. Ciò significa che è possibile inviare messaggi gratuitamente utilizzando una connessione wi-fi o i propri dati mobili, e tutte le sue attività - incluse le chat, i gruppi e i media - sono criptate, il che significa che, anche se vengono intercettate, non saranno visibili senza essere prima decifrate.

### COME USARLO

#### **Iscriversi a Telegram**

1. Scaricare l'applicazione Telegram da Apple Store (iOS) o Play Store (Android) sul vostro dispositivo mobile.
2. Registratevi come utente Telegram inserendo il vostro numero di telefono.
3. Telegram chiamerà quindi per verificare se funziona o meno. Non accettate la chiamata, però - rifiutatela.
4. Dopo pochi secondi riceverete un SMS con un codice. Telegram lo utilizzerà automaticamente per completare la registrazione, ma se non lo fa, scrivetelo manualmente.
5. Potrete dare a Telegram i permessi per accedere ai vostri media e al vostro schermo di blocco in modo che vi mostri le chiamate in arrivo.

#### **Inviare messaggi:**

Usare Telegram per inviare messaggi è facile: basta selezionare un contatto e cominciare a scrivere. Tutte le conversazioni sono criptate.

- **Per una conversazione singola:** Cliccare sul pulsante del nuovo messaggio (l'icona della matita) nell'angolo in basso a destra, selezionare un contatto e iniziare a scrivere.

- **Per conversazioni di gruppo:** Per creare una conversazione di gruppo, andate nel menu nell'angolo in alto a sinistra, cliccate su "Nuovo gruppo" e selezionate più contatti dalla vostra lista di contatti.
- **Per le conversazioni segrete:** Telegram ha la possibilità di creare chat segrete con i vostri amici. Una chat segreta è come una normale chat, ma la funzionalità della schermata del telefono sarà disabilitata.

Per creare una chat segreta, accedere al menu in alto a sinistra, cliccare su "Nuova chat segreta" e selezionare un contatto dall'elenco dei contatti.

Sarà anche possibile cliccare sul menu a tre punti nell'angolo in alto a destra della chat segreta per impostare un timer di autodistruzione. Questo significa che ogni messaggio inviato avrà un tempo di scadenza prima che scompaia dalla conversazione. Il timer può essere impostato da un secondo a una settimana.

#### **Inviare contenuti multimediali:**

Con Telegram, così come altri servizi di messaggistica, si possono aggiungere ai testi immagini, emoji, GIF, video, sticker e messaggi audio.

Per inviare contenuti multimediali, seguite questi passaggi:

1. Nella chat room, cliccate sull'icona sul lato sinistro della barra di testo e cliccate sulla faccina sorridente per aggiungere un emoji, l'icona gif per aggiungere una GIF o l'icona adesiva per aggiungere un adesivo.
2. Se volete inviare una foto o un video, cliccate sull'icona della clip sul lato destro della barra di testo, selezionate l'archivio che volete condividere e cliccate sul pulsante "Invia" (l'icona dell'aeroplanino di carta).
3. Se volete inviare un messaggio audio, cliccate sull'icona del microfono sul lato destro della barra laterale - accanto all'icona della clip -, tenetela premuta e iniziate a parlare per registrare il vostro messaggio. Dopodiché, alzate il dito e il messaggio audio verrà inviato automaticamente.

WHATSAPP

Cos'è?



posizione.

WhatsApp è l'applicazione di messaggistica più popolare in 109 paesi, secondo i dati di utilizzo dei dispositivi Android. Consente di inviare messaggi, immagini, video e registrazioni vocali via internet, piuttosto che utilizzare la rete mobile. È popolare tra i teenager grazie a funzioni come la chat di gruppo, i messaggi vocali e la condivisione della

COME USARLA

### **Iscriversi a Whatsapp**

1. Scaricate l'applicazione Whatsapp da Apple Store (iOS) o Play Store (Android) sul vostro dispositivo mobile.
2. Registratevi come utente Whatsapp inserendo il vostro numero di telefono.
3. Dopo pochi secondi riceverete un SMS con un codice. WhatsApp lo utilizzerà automaticamente per completare la registrazione, ma se non succede, aggiungetelo manualmente.

### **Inviare messaggi:**

Una volta registrati, è il momento di scrivere ai vostri amici: usare WhatsApp è molto semplice, basta selezionare un contatto e cominciare a scrivere.

- Per una conversazione singola: Cliccare sul pulsante del nuovo messaggio (l'icona della bolla) nell'angolo in basso a destra, selezionare un contatto e iniziare a scrivere.
- Per conversazioni di gruppo: Per creare una conversazione di gruppo, accedere al menu a tre punti nell'angolo in alto a destra, cliccare su "Nuovo gruppo" e selezionare più contatti dall'elenco dei contatti.

### **Inviare contenuti multimediali:**

Con Whatsapp, come altri servizi di messaggistica istantanea, potete aggiungere immagini, emojis, GIF, video, adesivi, registrazioni vocali... ai vostri messaggi.

Per inviare contenuti multimediali, seguite questi passi:

1. Nella chat room, cliccate sull'icona che si trova sul lato sinistro della barra di testo e cliccate sulla faccina sorridente per aggiungere una Emoji, l'icona gif per aggiungere una GIF o l'icona adesiva per aggiungere un adesivo.

2. Se volete inviare una foto o un video, cliccate sull'icona della clip che si trova sul lato destro della barra di testo, selezionate l'archivio che volete condividere e cliccate sul pulsante "Invia".
3. Se volete inviare un messaggio audio, cliccate sull'icona del microfono che si trova sul lato destro della barra laterale, tenetela premuta e iniziate a parlare per registrare il vostro messaggio. Dopodiché, alzate il dito e il messaggio audio verrà inviato automaticamente.

### **Fare chiamate:**

Potete anche utilizzare Whatsapp per chiamare i vostri contatti, proprio come fate con il vostro telefono, ma in questo caso attraverso internet e gratuitamente.

Per effettuare una telefonata attraverso Whatsapp, seguite questi passi:

1. Andare alla schermata Chiamata
2. Cliccare sul pulsante del telefono, che si trova in basso a destra dello schermo.
3. Selezionare un contatto dall'elenco dei contatti (o più di uno cliccando su "Nuova chiamata di gruppo", se si desidera effettuare una chiamata di gruppo).

## CAPITOLO 5: TIC E GENERE: PREVENZIONE DELLA VIOLENZA DI GENERE NELL'AMBIENTE DIGITALE

### COMPRENDERE IL CONTESTO

Le leggi obbligano gli Stati a intraprendere tutte le azioni necessarie per individuare ed eliminare la violenza contro le persone, a prescindere dall'identità di genere, che si tratti di soggetti statali o non-statali. Da qui, la crescente prevalenza di violenza online contro le ragazze e le donne, la mancanza di reali misure per prevenirla e contenerla, e la conseguente impunità dovrebbero essere trattate come parte dell'azione per eliminare tutte le forme di violenza digitale basate sul genere.

Le tecnologie di informazione e comunicazione non sono più un privilegio di alcuni selezionati membri della società, ma in molti casi, ha sorpassato le più convenzionali forme di comunicazione per diventare la principale forma di comunicazione nei rapporti commerciali così come nelle interazioni personali, politiche e sociali. In più, fornire alle donne e alle giovani la possibilità di accesso ugualitario all'educazione digitale e a un lavoro dignitoso, può incrementare l'economia sostenibile e avvantaggiare le società e l'umanità.

Pertanto, la violenza online contro le ragazze e le donne deve essere riconosciuta e prevenuta come una manifestazione di emarginazione sistemica delle ragazze e delle donne in tutta la società, potenziando l'uso della tecnologia abilitante, per promuovere l'emancipazione delle donne. Così, prevenire la violenza contro le donne dalle piattaforme digitali e online ha l'effetto netto di promuovere e rafforzare la libertà di espressione, in quanto crea un ambiente che permette agli individui, specialmente alle ragazze o alle donne che affrontano la maggior parte delle discriminazioni in altri spazi pubblici, di partecipare liberamente attraverso l'uso dei media e delle tecnologie digitali.

### LIBERTÀ D'ESPRESSIONE E VIOLENZA ONLINE CONTRO LE DONNE

Non è un esercizio di libertà di espressione intimidire consapevolmente le donne online, esprimere il desiderio di violentarle, minacciare di far loro del male o incitare altri a farlo. I diritti umani di un individuo non sono assoluti, in quanto non possono essere goduti a spese dei diritti umani degli altri. Di fatto, la libertà dalla violenza digitale di genere contro le donne, la libertà di espressione e il diritto alla privacy sono protetti dalla legge internazionale sui diritti umani.

Tuttavia, l'esercizio di questi diritti, secondo la legge internazionale sui diritti umani, non è assoluto e può essere soggetto ad alcune restrizioni; sono solo quelle previste dalla legge e

necessarie per il rispetto dei diritti altrui, e per la protezione della sicurezza nazionale o dell'ordine pubblico. L'applicazione di queste restrizioni da parte degli Stati non può, tuttavia, mettere in pericolo il diritto stesso.

Anche se è diverso dalla libertà di opinione, il diritto di avere opinioni senza interferenze è un diritto assoluto e non permette eccezioni o restrizioni. Tuttavia, l'espressione di un'opinione, che è il diritto alla libertà di espressione, comporta doveri e responsabilità particolari. Il libero scambio e l'accesso alle informazioni non equivalgono a una violenza non regolamentata. La libertà di espressione o l'accesso alle informazioni non possono essere acquisiti a scapito della sicurezza delle donne.

## COME VENGONO COMMESSE LE VIOLAZIONI DEI DIRITTI UMANI

Una violazione dei diritti umani può essere commessa con una azione (ad esempio, privando arbitrariamente le persone della loro libertà o torturandole) o con l'omissione (ad esempio, non fornendo protezione contro gli abusi sistematici o le violenze commesse da un gruppo contro l'altro), o con l'incitamento all'odio.

Una violazione dei diritti umani per omissione è il mancato rispetto dei requisiti del diritto nazionale o internazionale in materia di tutela dei diritti umani. Quando le autorità non adempiono ai doveri imposti dalle leggi a tutela dei diritti umani, commettono un atto di omissione.

Ad esempio, lo Stato potrebbe essere responsabile della violazione del diritto delle donne a un accesso paritario al lavoro digitale dignitoso e sicuro, qualora non riuscisse a garantire la parità di accesso alle donne e alle ragazze all'istruzione digitale. Un altro esempio potrebbe essere la tolleranza o complicità dello stato con individui che minano i diritti umani online delle donne o la mancanza di dovuta diligenza per prevenire atti che violano l'integrità e la dignità delle vittime sono violazioni dei diritti umani per omissione di cui lo stato dovrebbe essere ritenuto responsabile.

## VIOLAZIONE DEI DIRITTI UMANI PER INCITAMENTO ALL'ODIO

Le persone possono esprimersi in molti modi con qualsiasi mezzo. La libertà di espressione è un diritto umano proclamato nel Patto internazionale sui diritti civili e politici all'Articolo 19:

*"Ogni individuo ha diritto alla libertà di espressione; tale diritto comprende la libertà di cercare, ricevere e diffondere informazioni e idee di ogni tipo, senza riguardo delle frontiere, sia*

*oralmente, per iscritto o per mezzo della stampa, sotto forma di opere d'arte, sia attraverso qualsiasi altro mezzo di comunicazione di sua scelta".*

Il supporto e l'incitamento all'odio sono la difesa di narrazioni nazionali, razziali, religiose, etniche, di identità di genere, di orientamento sessuale, ecc. abusivistiche basate sull'odio, che costituiscono un incitamento alla discriminazione, all'ostilità o alla violenza.

Quindi, una violazione dei diritti umani attraverso la difesa dell'odio è più di una semplice espressione di idee o opinioni ostili. Richiede una chiara dimostrazione di intenzione di incitare gli altri a discriminare, ad essere ostili o a commettere atti di violenza contro i membri del gruppo in questione.

Ad esempio, le espressioni online che intimidiscono consapevolmente le ragazze o le donne, esprimendo il desiderio di violentarle, minando il loro intelletto o il loro corpo, minacciando di far loro del male o incitando altri a farlo, ecc. sono atti di violazione dei diritti umani da parte dei sostenitori dell'odio.

## LABORATORIO DI SPERIMENTAZIONE E PRATICA

Viene utilizzato per incoraggiare gli studenti a utilizzare le conoscenze in modo pratico, fornendo loro l'opportunità di esercitarsi, e coinvolgerli in nuovi comportamenti e competenze in un ambiente sicuro in cui sperimentare nuove cose prima di metterle in pratica nel mondo reale.

Dopo aver completato con successo questo workshop, i partecipanti hanno familiarità con l'analisi e la prevenzione della violenza digitale di genere dal punto di vista dei diritti umani. Avranno acquisito le competenze per valutare e inquadrare un problema, creare soluzioni proattive alla discriminazione digitale che si rivolgono alle donne o limitare il loro uso e l'accesso alle tecnologie digitali nell'ambiente online.

In questo workshop esplorerete le tipologie di violenza digitale di genere nei vostri contesti o realtà locali. L'obiettivo è quello di identificare le tipologie di violenza digitale di genere, presentate nelle vostre realtà locali o nei contesti nazionali basati su culture, norme di genere, ideologia, politiche statali, razza o comportamenti.

## DIREZIONI

Ad ognuno è stata data una scheda vuota 3 × 5. Sulla carta, scrivete un problema o una situazione che si verifica o si è verificata in passato nella vostra vita personale o professionale che rappresenta la violenza digitale di genere.

Una volta terminato, le schede devono essere raccolte e suddivise in piccoli gruppi. Poi, le carte vengono rimescolate e distribuite di nuovo a ciascuno, assicurandosi che nessuno riceva la carta che ha scritto.

Nei vostri piccoli gruppi, discutete il problema o la situazione su ciascuna delle vostre carte e formulate la natura o il tipo di violenza digitale di genere che potrebbe essere.

Ora che avete formulato la natura o il tipo di violenza digitale di genere per il problema o la situazione su ciascuna delle carte, identificate le violazioni dei diritti umani a cui possono essere associate e come tali violazioni potrebbero essere affrontate. Non dimenticate di scrivere tutto su una flip chart, che utilizzerete per presentare il lavoro del vostro gruppo.

## DEBRIEF

Dopo la pausa, vi incontrerete nella sala di formazione con tutti i gruppi per presentare il vostro lavoro. Così, ogni gruppo presenterà la natura o il tipo di violenza digitale di genere per la questione, il problema o la situazione su ciascuna delle vostre carte, la violazione dei diritti umani a cui possono essere associati e come tale violazione dei diritti umani potrebbe essere affrontata.

Dopo che ogni gruppo avrà finito di presentare, siete invitati a fare domande o a dare un feedback costruttivo.

## BIBLIOGRAFIA

### CAPITOLO 1

NAZIONI UNITE. Obiettivi di Sviluppo Sostenibile. Goal 5: Raggiungere l'uguaglianza di genere e l'emancipazione di tutte le donne e le ragazze: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/gender-equality/>

ORGANIZZAZIONE MONDIALE DELLA SANITA'. *Salute sessuale e riproduttiva. Mutilazione genitale femminile* <https://www.who.int/reproductivehealth/topics/fgm/prevalence/en/>

WIKIPEDIA. *Femminismo*: <https://it.wikipedia.org/wiki/Femminismo>

CAPRINO, K. (2017). *What Is Feminism, And Why Do So Many Women And Men Hate It?*: <https://www.forbes.com/sites/kathycaprino/2017/03/08/what-is-feminism-and-why-do-so-many-women-and-men-hate-it/>

COMMISSIONE EUROPEA (2018). *What is the EU doing for women's rights and gender equality?*: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/MEMO\\_18\\_1602](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/MEMO_18_1602)

CORTE DI GIUSTIZIA EUROPEA. *Versione consolidata del Trattato sull'Unione Europea*: [http://www.codices.coe.int/NXT/gateway.dll/Codices/Constitutions/ENG/EUR/ECJ?f=template&sfm=document-frameset.htm&q=\\$uq=\\$x=\\$sup=1](http://www.codices.coe.int/NXT/gateway.dll/Codices/Constitutions/ENG/EUR/ECJ?f=template&sfm=document-frameset.htm&q=$uq=$x=$sup=1)

INTERNATIONAL LABOUR ORGANIZATION (2014). *Maternity and Paternity at Work. Law and Practice across the World*: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms\\_242615.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/---publ/documents/publication/wcms_242615.pdf)

ATTUALITA' PARLAMENTO EUROPEO (2019). *La lotta del Parlamento per la parità di genere nell'UE*: <https://www.europarl.europa.eu/news/it/headlines/society/20190712STO56961/the-parliament-s-fight-for-gender-equality-in-the-eu>

### CAPITOLO 2

CONSIGLIO D'EUROPA, *Parità di genere nelle attività interculturali giovanili del Consiglio d'Europa e dei suoi partner*, Strasburgo, 22 gennaio 2018: <https://rm.coe.int/guidelines-for-gender-equality-in-international-youth-activities>

CONSIGLIO D'EUROPA, *Uguaglianza di genere, Giovani e Digitalizzazione – Conclusioni del Consiglio*, 6 Dicembre 2018, 15308/18: <https://www.consilium.europa.eu/it/press/press-releases/2019/12/10/gender-equality-in-the-eu-the-council-adopts-conclusions/>

CONSIGLIO DELL'UNIONE EUROPEA, *Uguaglianza di genere, Giovani e Digitalizzazione- Bozza delle conclusioni del Consiglio*, 6 Novembre 2018, 13859/18: <https://data.consilium.europa.eu/doc/ST-13859-2018-INIT>

JACOB TOBIA, *Everything You Ever Wanted to Know About Gender-Neutral Pronouns*, «Time», May 12, 2016, <https://time.com/4327915/gender-neutral-pronouns/>

JEMMA PRIOR, *Teachers, What Is Gendered Language?*, British Council, March 1st, 2017: <https://www.britishcouncil.org/voices-magazine/what-is-gendered-language>

KARLA GUERRA, *Gender-Inclusive Language*, Atlas Corp, April 28, 2019, <https://atlascorps.org/gender-inclusive-language-tips-respect-diversity/>

KETT, MERRIELLYN, UNDERWOOD, VIRGINIA, *How to Avoid Sexism: A Guide for Writers, Editors and Publishers*. Chicago: Lawrence Ragan Communications, Inc., 1978.

MARINELLA SCLAVI, *Arte di ascoltare e mondi possibili. Come si esce dalle cornici di cui siamo parte*, Milano, Bruno Mondadori, 2003.

MARSHALL B. ROSENBERG, *Le parole sono finestre [oppure muri]. Introduzione alla comunicazione nonviolenta*, Reggio Emilia, Esserci edizioni, 2017.

MONICA BOYD, ELIZABETH GRIECO, *Women and Migration: Incorporating Gender into International Migration Theory*, Migration Policy Institute, March 1st, 2003: <https://www.migrationpolicy.org/article/women-and-migration-incorporating-gender-international-migration-theory>

PAUL WATZLAWICK, JOHN H. WEAKLAND, RICHARD FISCH, *Change: la formazione e la soluzione dei problemi*, Roma, Astrolabio, 1974.

SONIA MCKAY, EUGENIA MARKOVA, ANNA PARASKEVOPOULOU and TESSA WRIGHT, *Undocumented Workers' Transitions: Legal Status, Migration, and Work in Europe*, Routledge, June 24th, 2013

VERA GHENO, *Femminili singolari. Il femminismo è nelle parole*, Firenze, Effequ, 2019.

VETTERLING-BRAGGIN, MARY, ed., *Sexist Language: A Modern Philosophical Analysis*, Totowa, NJ, Littlefield, Adams and Co., 1981.

VIRGINIA L. WARREN, *Guidelines to Reduce Bias in Language*, in *Publication Manual of the American Psychological Association*, 4th edition (1994), pp. 54-60.

WOOD, J., *Gendered Lives: Communication, Gender, and Culture*, Belmont, CA, Wadsworth Publishing, 2009.

### CAPITOLO 3

DAVIS, P. (2019). *How to Edit Videos with Kapwing*: <https://www.kapwing.com/resources/how-to-edit-videos-with-kapwing/>

MICRO:BIT OFFICIAL WEBSITE. *Using Micro:bit in 5 Easy Steps*: <https://microbit.org/guide/quick/>

SPENCER, L. *How to Use Gmail (Ultimate Beginner Guide)*: <https://business.tutsplus.com/series/how-to-use-gmail-ultimate-beginner-guide--cms-1097>

WIKIHOW (2020). *How to Use Microsoft Word*: <https://www.wikihow.com/Use-Microsoft-Word>

BEFUNKY OFFICIAL WEBSITE. *Getting Started with BeFunky is Easy*: <https://www.befunky.com/getting-started/>

LOGOMAKR OFFICIAL WEBSITE. *Tutorials*: <https://my.logomakr.com/tutorials/>

AVAST OFFICIAL WEBSITE. *Scanning your PC for viruses with Avast Antivirus*: <https://support.avast.com/en-us/article/Antivirus-PC-virus-scan>

KAROL, K. (2020). *How to Use Wix: Guide for Creating a Website Using Wix Editor*: <https://websitesetup.org/how-to-use-wix-editor/>

### CAPITOLO 4

MUREAU, E. (2019). *What Is Instagram, Anyway?*: <https://www.lifewire.com/what-is-instagram-3486316> [Consulted on November, 8th 2019]

MUREAU, E. (2019). *How to Use Instagram*: <https://www.lifewire.com/how-to-use-instagram-3485864> [Consulted on November, 8th 2019]

FORSEY, C. (2019). *How to Use Instagram: A Beginners Guide*: <https://blog.hubspot.com/marketing/how-to-use-instagram> [consultato 8 novembre 2019]

WALKER, L. (2019). *Learn How to Use Twitter in 15 Minutes or Less*: <https://www.lifewire.com/tutorial-intro-to-using-twitter-2654622> [consultato 8 novembre 2019]

Guida Ufficiale di Twitter: <https://help.twitter.com/it/using-twitter> [consultato 11 novembre 2019]

MUREAU, E. (2019) *What Is Snapchat? An Intro to the Popular Ephemeral App*: <https://www.lifewire.com/what-is-snapchat-3485908> [Consultato 11 Novembre 2019]

MUREAU, E. (2019) *Get Started Using Snapchat*: <https://www.lifewire.com/chat-with-photos-and-videos-3486008> [Consultato 11 Novembre 2019]

Telegram Messenger official guide: <https://telegram.org/faq> [Consultato 13 Novembre 2019]

DÍAZ, J. (2019) *Telegram Is Exploding Right Now: What Is It and How to Use It*: <https://www.tomsguide.com/us/how-to-use-telegram,news-29636.html> [Consultato 13 Novembre 2019]

Whatsapp official guide: <https://faq.whatsapp.com/> [Consultato 13 Novembre 2019]

WEB WISE. *Explainer: What is Messenger?*: <https://www.webwise.ie/parents/explained-what-is-messenger/> [Consultato 13 Novembre 2019]

WIKIHOW (2019) *How to Use Facebook Messenger*: <https://www.wikihow.com/Use-Facebook-Messenger> [Consultato 13 Novembre 2019]

CLIFFORD, C. (2019) *How to Use Facebook: A Beginner's Guide*: <https://blog.hubspot.com/marketing/how-to-use-facebook> [Consultato 14 Novembre 2019]

## CAPITOLO 5

GOOGLE SCHOLAR, VVAA. *Materials and Studies about Digital Gender-Based Violence and How to Prevent it*:

[https://scholar.google.es/scholar?q=ICT+%26+GENDER+%E2%80%93+DIGITAL+GENDER-BASED+VIOLENCE+PREVENTION&hl=es&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.es/scholar?q=ICT+%26+GENDER+%E2%80%93+DIGITAL+GENDER-BASED+VIOLENCE+PREVENTION&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar)