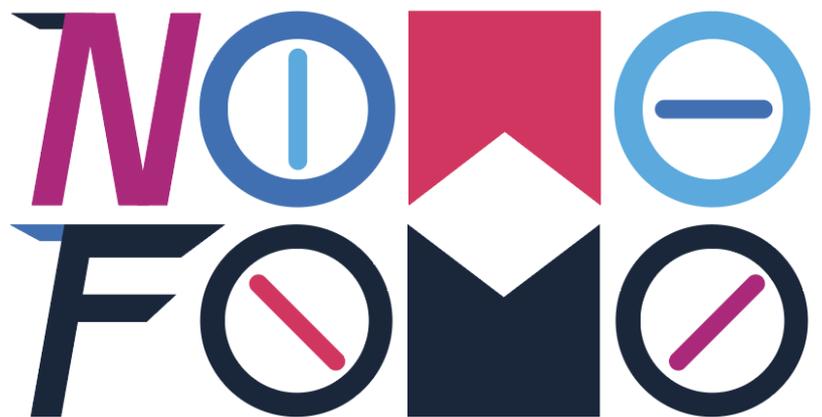


# NOMO FOMO

FOMO & O Impacto de Celebidades e  
Influenciadores Online  
Atividade de Chamada à Ação



Positive mental health for GEN Z  
NO MOre Fear Of Missing Out



Chamada à Ação - FOMO & O Impacto de Celebridades e Influenciadores Online

<b>Tema Infográfico Interativo</b>	FOMO & O Impacto de Celebridades e Influenciadores Online		
<b>Título da atividade</b>	Não tão diferentes		
<b>Tipo de recurso</b>	Atividade de Chamada à Ação		
<b>Foto</b>			
<b>Duração da atividade (em minutos)</b>	15 minutos	<b>Resultado da aprendizagem</b>	Examinar como as celebridades e os influenciadores das redes sociais podem levar os jovens a pensar que o que quer que eles tenham não é suficiente
<b>Objetivo da atividade</b>	<i>Os jovens precisam de compreender que as celebridades e influenciadores são pessoas normais, com fraquezas e qualidades, precisam de deixar de os colocar num pedestal. Ao verem os meios de comunicação social verificam que a sua vida não é perfeita, como mostram na vida social.</i>		
<b>Materiais Necessários para a Atividade</b>	<i>Só precisa de algumas fotografias de celebridades/influenciadores e alguma fita adesiva.</i>		



<b>Instruções passo a passo</b>	<p>Explicar ao grupo a seguinte atividade:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Dividir todos por equipas e ter cada par de pé virado um para o outro a 4 pés de distância. (Um deles vai ser ele próprio e o outro vai escolher uma celebridade para ser).</li><li>2. Usando a Lista de Semelhanças e Diferenças, leia os itens da lista e cada par deve responder.</li><li>3. Com cada diferença, devem dar um passo atrás, e com cada semelhança, devem dar um passo em frente.</li><li>4. No final da lista, avaliar onde cada par foi parar na linha.</li></ol> <p>Falar sobre os resultados - onde é que cada par foi parar? A que distância ou quão perto foram parar? - Pergunte aos participantes se concordam que as diferenças não são tão fortes como as semelhanças que unem as pessoas. Porquê ou porque não?</p>
<b>Modelo</b>	

# NOMO FOMO

Positive mental health for GEN Z  
NO MOre Fear Of Missing Out



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

"The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."  
Project Number: 2020-3-IE01-KA205-082880