



Como usar o Computador e a Internet

Facebook e Messenger



Introdução

O livrete que estás a ler
faz parte de um conjunto de livretes.



O conjunto de livretes
ensina-te a usar o computador e a internet.



Os livretes estão escritos em linguagem fácil.



Cada livrete é sobre um tema diferente.

Temas dos livretes:

1. Ligar e desligar computadores – Rato e Teclado



2. Ambiente de trabalho: mover ficheiros, criar pastas e apagar pastas.



3. Acessibilidade – Atalhos do teclado



4. Memória USB (Pen)



5. Microsoft Word



6. Editor de vídeo



7. Segurança digital



8. Google Chrome



9. Google Maps



10. YouTube



11. Gmail



12. Facebook e Messenger



13. Pixlr X



14. Curriculum Vitae Europass



Especialistas de 7 instituições escreveram os livretes.

As 7 instituições são:

Associazione Uniamoci Onlus de Itália



Asociacija "Aktyvus Jaunimas"

da Lituânia



Centro Social Paroquial Santos Mártires

de Portugal



Tallinna Tugikeskus JUKS da Estónia



IES El Greco de Espanha



I.E.S. EL GRECO

Towarzystwo Wspierania Inicjatyw

Spolecznych Alpi da Polónia



Università Degli Studi Di Catania de Itália



UNIVERSITÀ
degli STUDI
di CATANIA

Podes encontrar mais informação fácil

sobre o projeto neste website:

<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com/>

Os livretes são o resultado
de um projeto Erasmus +.



Este projeto Erasmus+
chama-se Material de Informação Fácil.



VOCABULÁRIO

Erasmus+ é um programa da União Europeia
que dá dinheiro para vários projetos.



Facebook

Introdução

O Facebook é uma rede social.

Uma **rede social** é um sítio na internet onde podes partilhar informação com outras pessoas.

Se te quiseres registar no Facebook, precisas de ter um endereço de e-mail.

Se não tiveres um endereço de e-mail, podes ler o livrete número 11.

O livrete número 11 ensina-te a criar um endereço de e-mail.

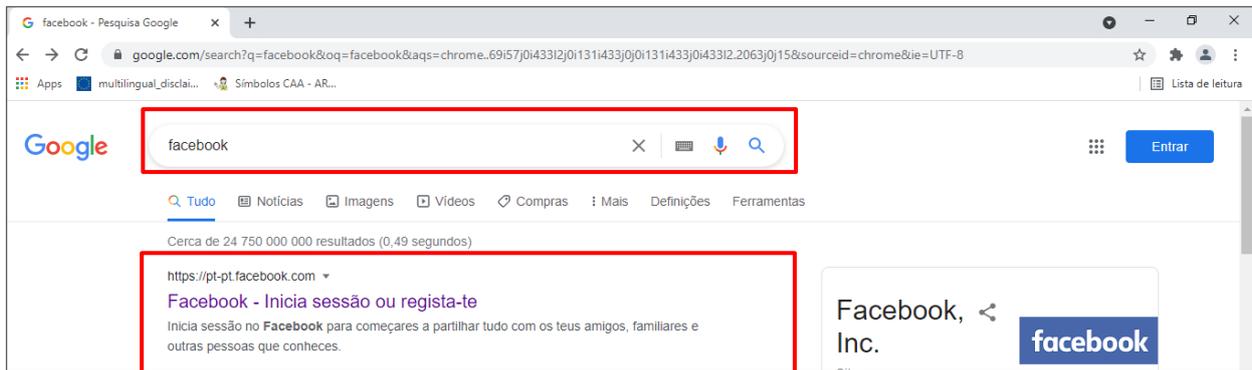
Este é o símbolo do Facebook:



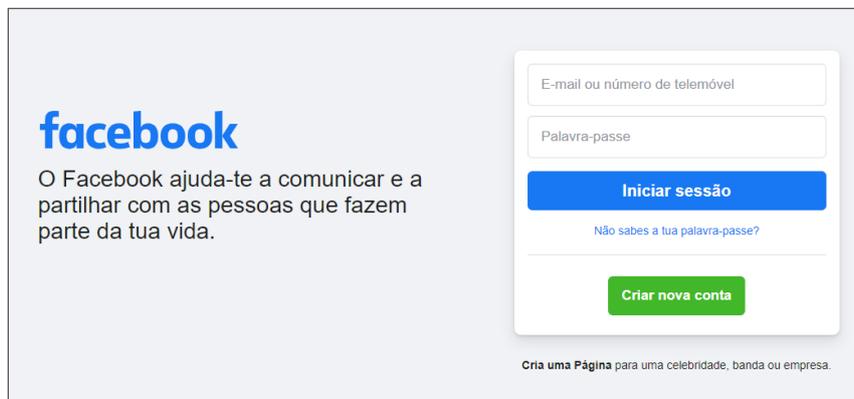
Começar a usar o Facebook

- Abre o **Google Chrome**. 
- Escreve **Facebook** na barra de pesquisa.
- Carrega na tecla **Enter** do teclado. 

- Carrega no primeiro site que aparece.



Uma janela abre.



- Carrega no botão verde que diz **Criar nova conta**

Criar nova conta

Uma janela abre.

A screenshot of the Facebook registration form titled 'Regista-te'. The subtitle is 'É rápido e fácil.' The form contains several input fields: 'Nome próprio' and 'Apelido' (two separate boxes), 'Número de telemóvel ou e-mail', and 'Palavra-passe nova'. Below these is a 'Data de nascimento' section with three dropdown menus for day (7), month (Mai), and year (2021). There is also a 'Gênero' section with three radio buttons: 'Feminino', 'Masculino', and 'Personalizar'. At the bottom of the form is a green button labeled 'Regista-te'. A small disclaimer at the bottom of the form reads: 'Ao clicares em Regista-te, aceitas os nossos Termos. Consulta a nossa Política de Dados para saberes como recolhemos, usamos e partilhamos os teus dados e a Política de Cookies para saberes como usamos os cookies e tecnologias semelhantes. Poderás receber notificações nossas por SMS e cancelá-las a qualquer altura.'

Na janela tens de escrever várias coisas:

- O teu nome próprio e o teu apelido;
- O teu e-mail ou o teu número de telemóvel;
- O dia em que nasceste;
- O teu género.

Também tens de escrever a palavra-passe que queres.

A **palavra-passe** tem de ter pelo menos 6 carateres.

Carateres são letras, números ou símbolos.

Por exemplo Frederica1990.



Regista-te ×
É rápido e fácil.

Nome próprio Apelido

Número de telemóvel ou e-mail

Palavra-passe nova

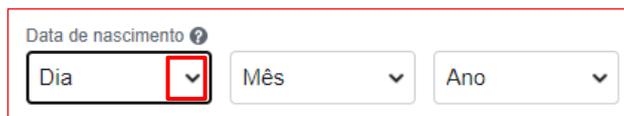
Data de nascimento ?
7 Mai 2021

Género ?
Feminino Masculino Personalizar

Ao clicares em Regista-te, aceitas os nossos [Termos](#). Consulta a nossa [Política de Dados](#) para saberes como recolhemos, usamos e partilhamos os teus dados e a [Política de Cookies](#) para saberes como usamos os cookies e tecnologias semelhantes. Poderás receber notificações nossas por SMS e cancelá-las a qualquer altura.

Regista-te

- Para pões o dia em que nasceste,
carrega na seta ao lado da palavra **Dia**.

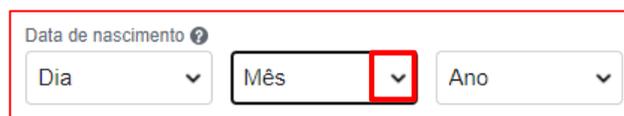


The image shows a form titled "Data de nascimento" with a help icon. It contains three dropdown menus: "Dia", "Mês", and "Ano". The "Dia" dropdown menu is highlighted with a red box, and its arrow is also highlighted with a red box.

Aparece a lista dos dias desde o 1 até ao 31.

Carrega no dia em que nasceste.

- Para pões o mês em que nasceste,
carrega na seta ao lado da palavra **Mês**.

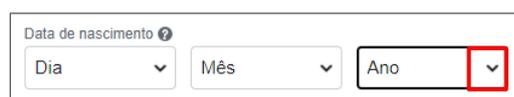


The image shows a form titled "Data de nascimento" with a help icon. It contains three dropdown menus: "Dia", "Mês", and "Ano". The "Mês" dropdown menu is highlighted with a red box, and its arrow is also highlighted with a red box.

A lista dos meses do ano aparece.

Carrega no mês em que nasceste.

- Para pões o ano em que nasceste,
carrega na seta ao lado da palavra **Ano**.



The image shows a form titled "Data de nascimento" with a help icon. It contains three dropdown menus: "Dia", "Mês", and "Ano". The "Ano" dropdown menu is highlighted with a red box, and its arrow is also highlighted with a red box.

- Carrega no ano em que nasceste.

Antes de continuares,

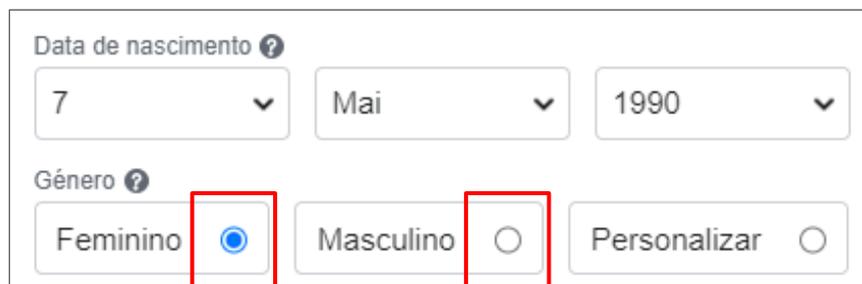
vê se a tua data de nascimento está certa.

- Se és **mulher**,

carrega no círculo ao lado da palavra **Feminino**.

- Se és **homem**,

carrega no círculo ao lado da palavra Masculino.



The image shows a registration form with two sections. The first section is titled 'Data de nascimento' and contains three dropdown menus: the first shows '7', the second shows 'Mai', and the third shows '1990'. The second section is titled 'Género' and contains three radio button options: 'Feminino' (which is selected and highlighted with a red box), 'Masculino' (highlighted with a red box), and 'Personalizar'.

- Carrega no botão verde que diz **Regista-te**.



O facebook vai enviar-te um e-mail de confirmação.

- Abre o teu **e-mail**.

- Carrega no e-mail que recebeste do Facebook.

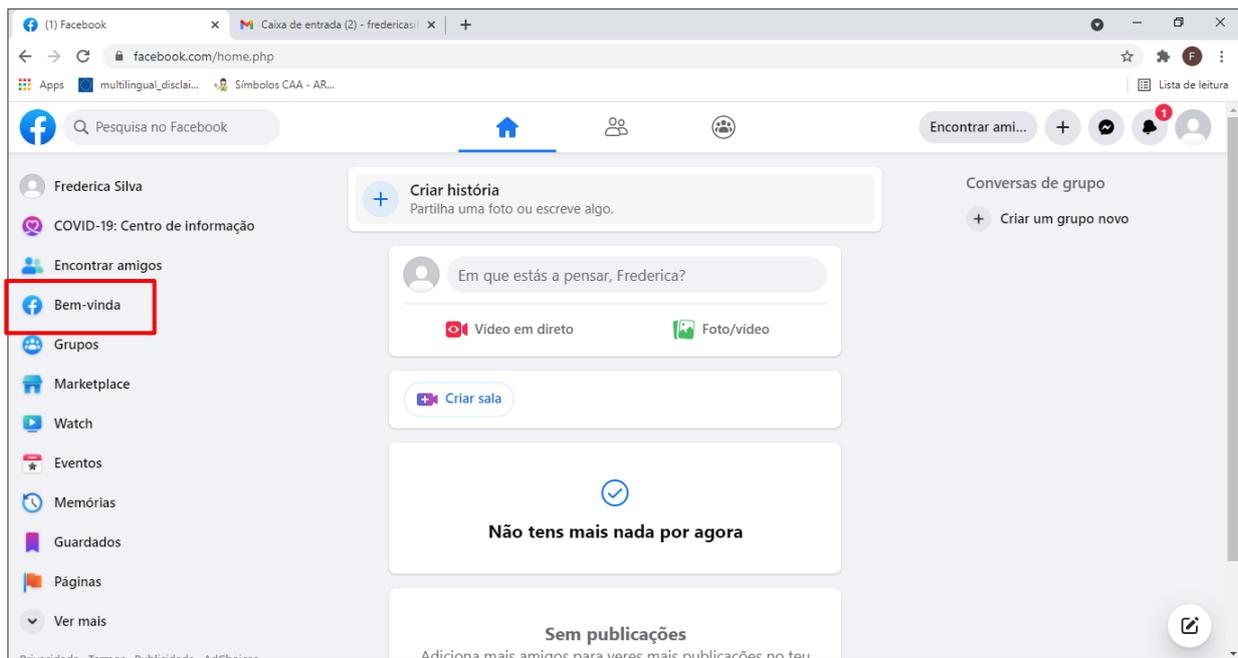
- Carrega no botão azul

que diz **Confirmar a tua conta**.





O facebook abre.

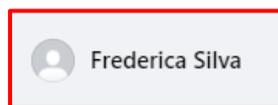


Como construir o teu perfil do Facebook

O perfil do facebook é onde pões as tuas fotos e onde escreves as tuas informações pessoais.

Adicionar ou mudar a foto de perfil

- Carrega no teu nome no cimo do ecrã à esquerda.

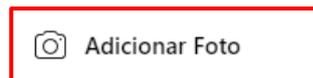


O teu perfil do facebook abre.

- Carrega no círculo por cima do teu nome.

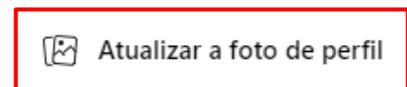


- Carrega em **Adicionar foto**



para pões uma foto no teu perfil do facebook.

- Carrega em **Atualizar a foto de perfil**



para mudares a tua foto de perfil.

- Carrega em **+ Carregar foto**



para escolheres uma foto do teu computador.

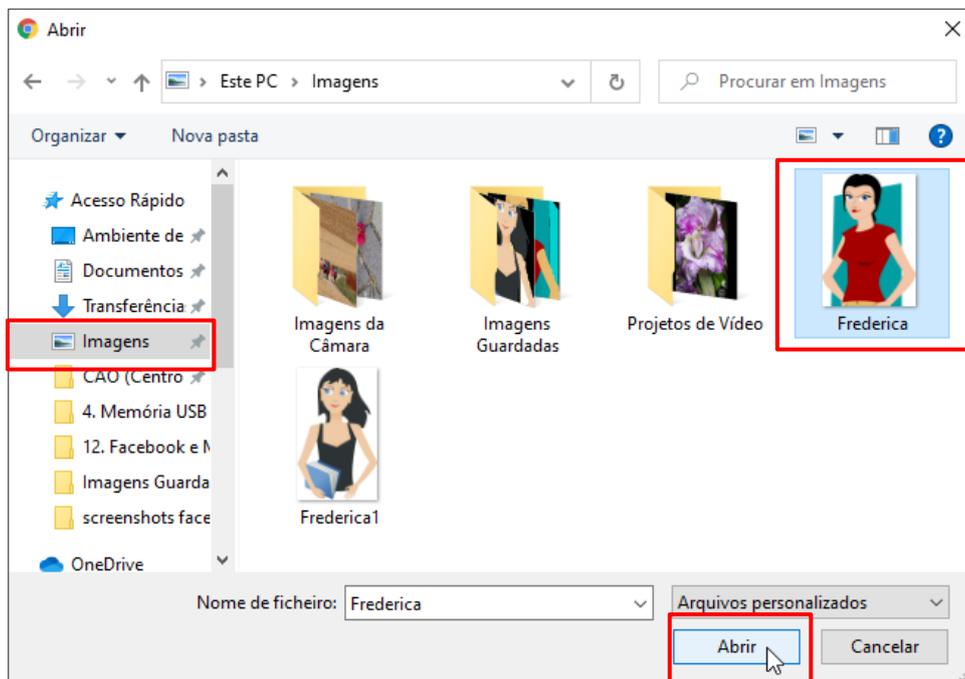
Se quiseres que os teus amigos te encontrem facilmente no Facebook, debes pôr uma foto tua.

Uma janela abre.

Aparecem várias pastas no lado esquerdo do ecrã.

- Carrega na pasta onde está a foto que queres pôr.

A pasta que escolheste abre.



- Carrega na foto que queres pôr no facebook.

- Carrega no botão **Abrir**.



Uma janela com a tua foto abre.



- No espaço em branco onde diz **Descrição** podes escrever uma legenda para a tua foto.



Podes decidir que parte da foto vai aparecer no círculo.

- Carrega no círculo e mexe-o com o rato

até a foto ficar como queres.

- Se carregares em **Cortar foto**

a foto vai ficar quadrada.



- Se carregares em **Tornar temporária**,



a foto vai ficar no teu perfil durante algum tempo.

Passado uns dias o facebook vai pôr automaticamente a foto que tinhas antes.

Tens de escolher quanto tempo a foto fica no teu perfil.

Por exemplo, a foto pode ficar no teu perfil só um dia, só uma semana ou só um mês.

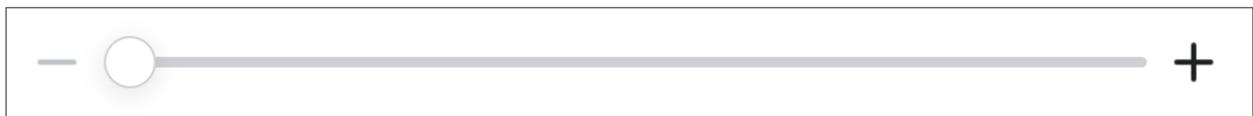
Carrega no botão onde diz



Carrega na opção que queres.

- Se carregares no + vais aproximar a foto

e se carregares no - vais afastar a foto outra vez.



- Se perceberes que afinal não gostas da foto,

carrega em **Cancelar**.



Uma janela abre.

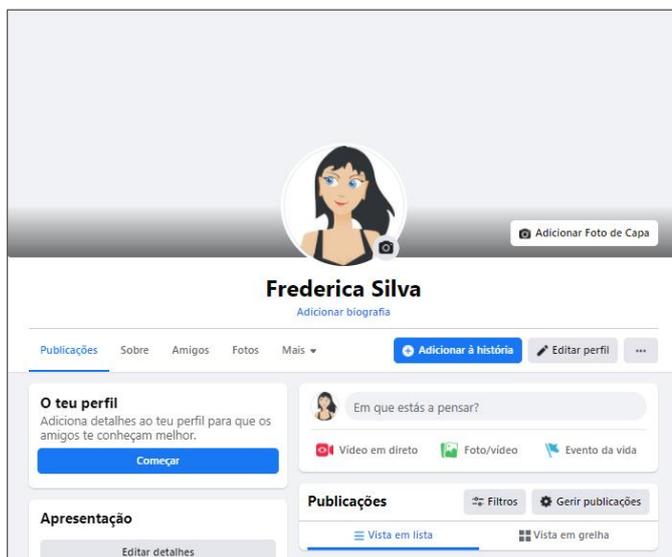
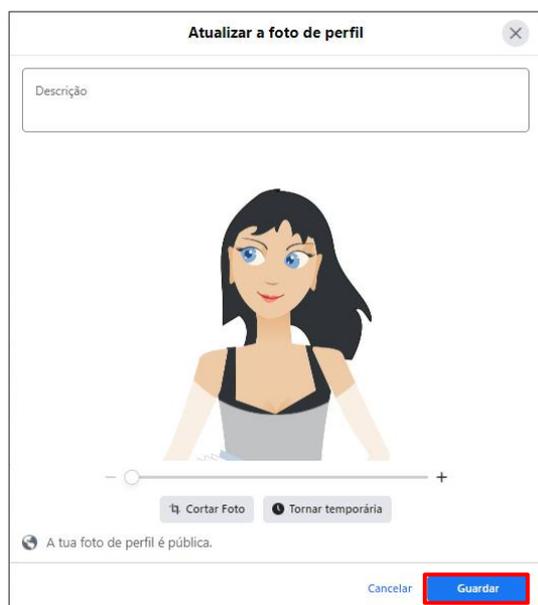
- Carrega em **Descartar**.



Agora podes carregar outra foto.

- Se gostares da foto que escolheste, carrega em **Guardar**.

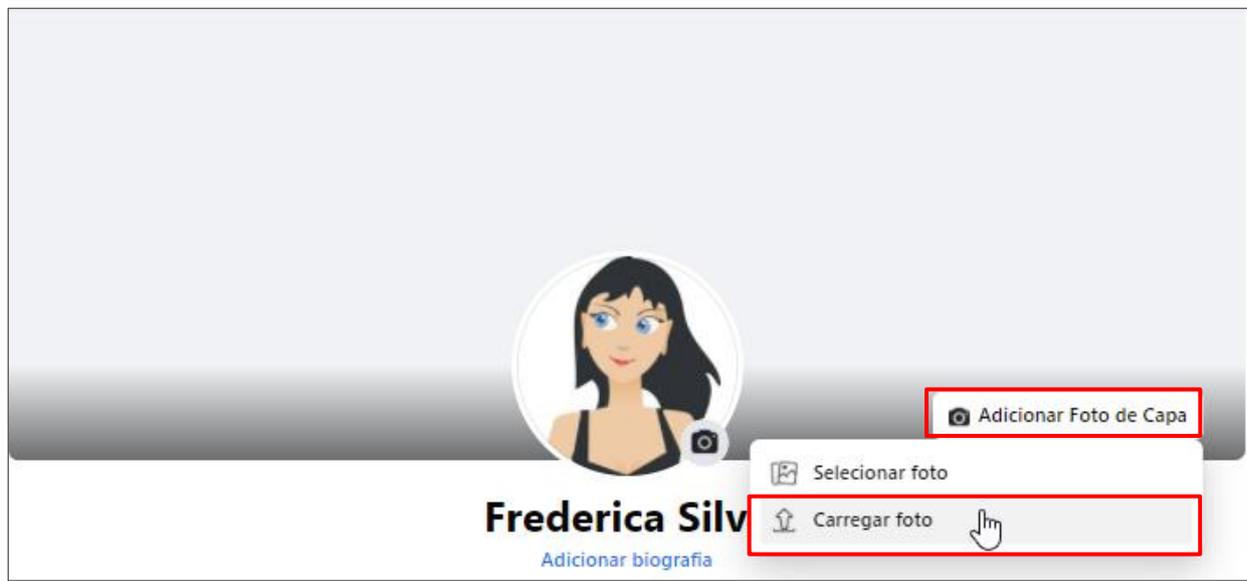
A foto que escolheste fica como tua foto de perfil.



Adicionar Foto de Capa

- Carrega em **Adicionar Foto de Capa**

ao lado direito da tua foto de perfil.



- Carrega em **Carregar foto.**



Uma janela abre para procurares a foto no teu computador.

- Carrega na pasta onde está a foto que queres.

- Selecciona a foto que queres.

- Carrega em **Abrir.**

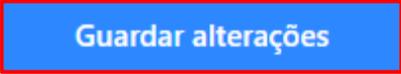


A tua foto de capa aparece no teu perfil.

Se carregares na foto e mexeres o rato ao mesmo tempo, vais mover a foto.

- Quando a foto estiver na posição que queres,

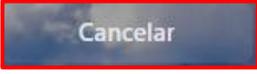
carrega em **Guardar alterações**



no cimo do ecrã à direita.

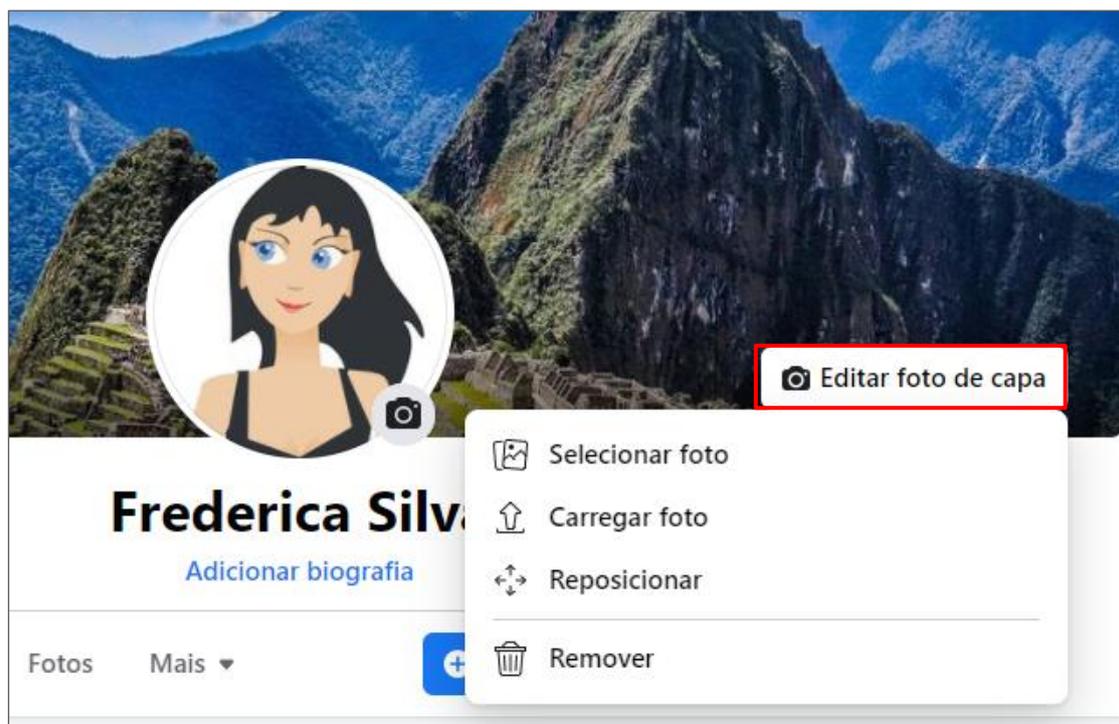
- Se quiseres escolher outra foto

ou se não quiseres pôr nenhuma foto, carrega em Cancelar.



Como mudar a foto de capa

- Carrega em **Editar foto de capa** do lado direito da tua foto de perfil para mudares a foto de capa.



- Carrega em **Selecionar foto** se queres selecionar uma foto que já tenhas no facebook.

- Carrega em **Carregar foto** se queres escolher outra foto do teu computador.

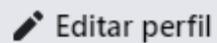
- Carrega em **reposicionar** se quiseres mover um pouco a tua foto de capa.

- Carrega em **Remover**

se não quiseres uma foto de capa no teu perfil.

Como editar o teu Perfil

- Carrega em **Editar perfil.**

 Editar perfil

Uma janela abre.

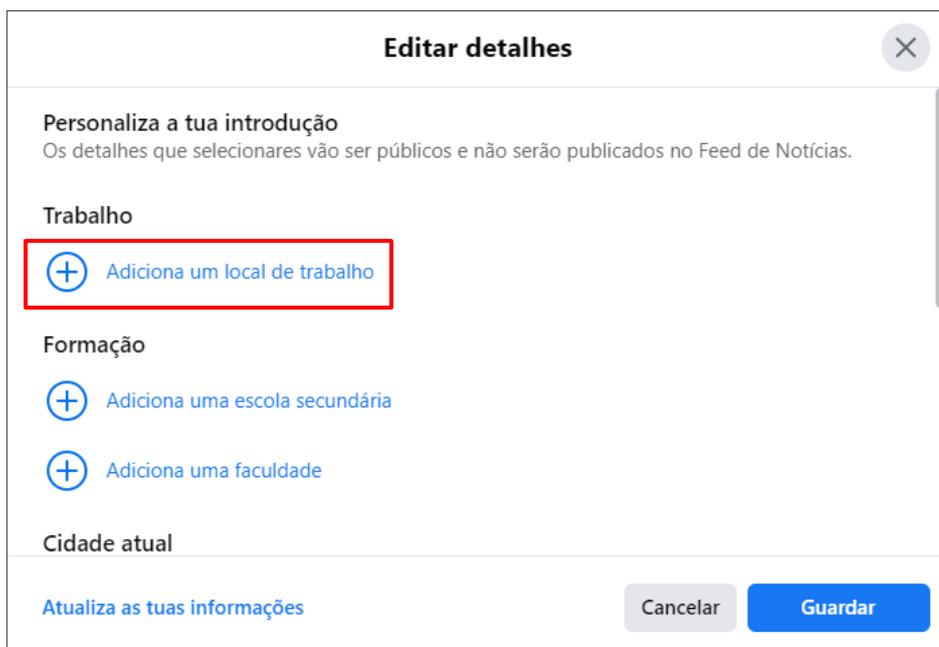


Podes escrever alguma informação sobre ti no teu perfil.

- Carrega em **Adicionar**

ao lado da frase **Personaliza a tua introdução.**

Podes escolher que informação queres escrever.



Editar detalhes

Personaliza a tua introdução
Os detalhes que seleccionares vão ser públicos e não serão publicados no Feed de Notícias.

Trabalho

+ Adiciona um local de trabalho

Formação

+ Adiciona uma escola secundária

+ Adiciona uma faculdade

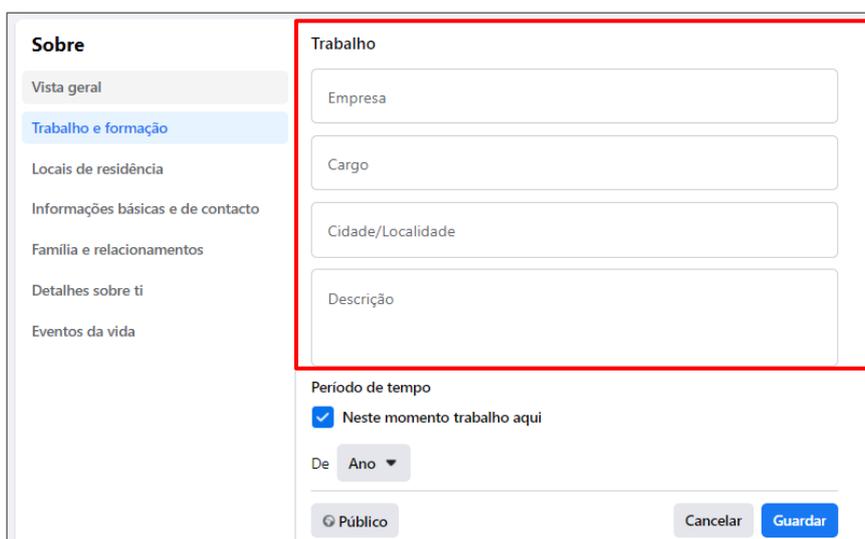
Cidade atual

Atualiza as tuas informações Cancelar Guardar

Por exemplo,

se quiseres podes escrever o nome do sítio onde trabalhas.

- Carrega em **Adiciona um local de trabalho**.
- Escreve apenas a informação que queres ter no teu perfil.



Sobre

Vista geral

Trabalho e formação

Locais de residência

Informações básicas e de contacto

Família e relacionamentos

Detalhes sobre ti

Eventos da vida

Trabalho

Empresa

Cargo

Cidade/Localidade

Descrição

Período de tempo

Neste momento trabalho aqui

De Ano

Público

Cancelar Guardar

- Carrega no quadrado ao lado da frase

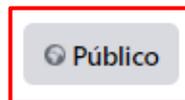
Neste momento trabalho aqui

se estiveres a trabalhar nesse sítio agora.

- Carrega no botão **Ano**

para escreveres em que ano começaste a trabalhar nesse sítio.

- Se carregares em **Público**



podes decidir quem pode ver essa informação.

Uma janela abre.



Se carregares em **Público**,

toda a gente consegue ver essa informação.

Se carregares em **Amigos**,

só podem ver essa informação os teus amigos do facebook.

Se carregares em **Amigos, exceto...**

só podem ver essa informação alguns dos teus amigos no facebook.

Neste caso aparece uma lista dos teus amigos.

Tens de escolher os amigos

que não queres que vejam essas informações.

Se carregares em **Amigos específicos**

podes escolher os amigos que podem ver essas informações.

Se carregares em **Apenas eu**

só tu podes ver essas informações.

- Carrega em **Guardar** para guardares o que fizeste.

- Carrega em **Cancelar** para apagares o que fizeste.

Sobre

Vista geral

Trabalho e formação

Locais de residência

Informações básicas e de contacto

Família e relacionamentos

Detalhes sobre ti

Eventos da vida

Trabalho

Empresa
Agrupamento de Escolas Emídio Garcia

Cargo
Professora

Cidade/Localidade
Bragança

Descrição

Período de tempo

Neste momento trabalho aqui

De 2017 Setembro 20

Público

Cancelar Guardar

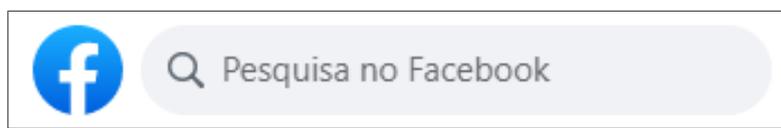
Para tua segurança,

é melhor não escreveres o teu número de telefone.

Como adicionar amigos

- Na barra de pesquisa do facebook,
escreve o nome e o apelido da pessoa que queres adicionar
como **amigo no Facebook**.

A barra de pesquisa do facebook
está no no cimo do ecrã à esquerda.



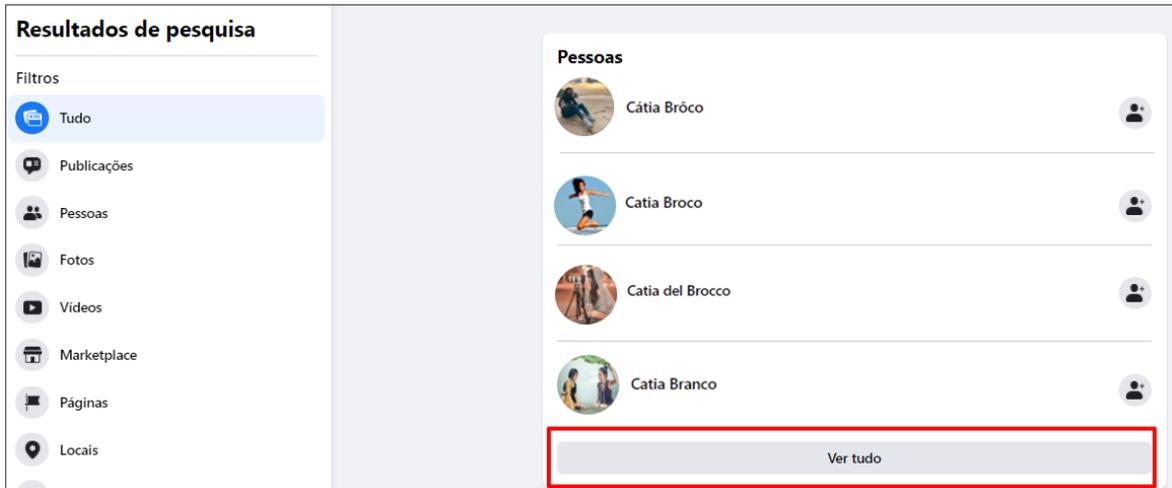
- Carrega na tecla **Enter** do teu teclado.



Aparece uma lista de pessoas com esse nome.

Olha para as fotos para descobrires o teu amigo.

Se não conseguires encontrar o teu amigo nessa lista,
carrega em **Ver tudo**.



- Quando encontrares o teu amigo, carrega no botão



para lhe enviases um **pedido de amizade**.

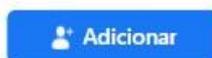
Para teres a certeza que estás a enviar um pedido de amizade à pessoa certa,

carrega no nome ou na foto dessa pessoa antes de enviases um pedido de amizade.

O perfil dessa pessoa abre.

Se lhe quiseres enviar um pedido de amizade,

carrega no botão **Adicionar**



que está por baixo da foto.

Essa pessoa pode escolher se quer aceitar o teu pedido.

Tens de esperar que essa pessoa aceite o teu pedido para poderes ter essa pessoa como amiga no facebook.

Carrega em **Amigos** na barra de baixo da tua foto de perfil, para veres a tua **lista de amigos no facebook**.



Se alguém te enviar um pedido de amizade, recebes uma **notificação**.

Uma **notificação** serve para te avisar que tens um pedido de amizade novo.

Quando recebes um pedido de amizade,

aparece  número vermelho no botão 

O botão  está no cimo do ecrã ao meio.

- Carrega no botão 

para veres os pedidos de amizade que tens.



- Carrega em **Confirmar**

se queres aceitar essa pessoa como amigo no facebook.

- Carrega em **Remove**

se não quiseres aceitar essa pessoa como amigo no facebook.

Só deves adicionar no facebook as pessoas que conheces.

Debaixo dos pedidos de amizade,

o facebook mostra algumas pessoas que tu talvez conheças.

Se quiseres adicionar alguma dessas pessoas

como amigo no facebook, carrega no botão **Adicionar**.



Adicionar álbuns

Podes criar um álbum com as fotos da tua festa de aniversário ou das tuas férias, por exemplo.

Para criares um álbum,

tens de ter as fotos que queres no computador.

- Carrega em **Fotos**



debaixo da tua foto de perfil.

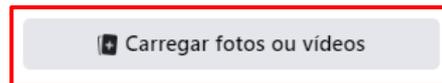
- Carrega em **Álbuns**.



- Carrega em **Criar álbum**.



- Carrega em **Carregar fotos ou vídeos**.



Uma janela abre.

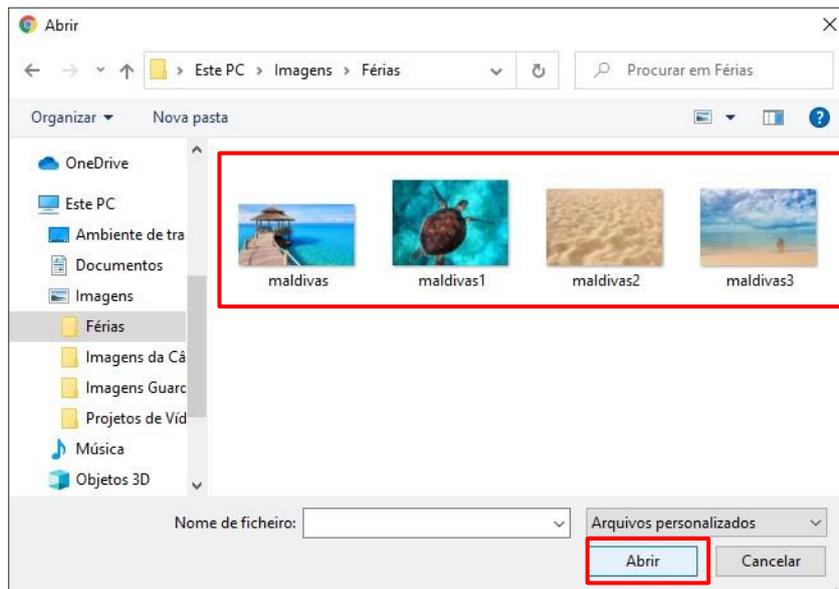
- Procura a pasta onde estão as fotos
ou os vídeos que queres.

Se as fotos que queres estiverem na tua pen,
tens de ligar a pen ao computador.

Quando carregas no nome da tua pen,
as coisas que tens guardadas lá dentro abrem.

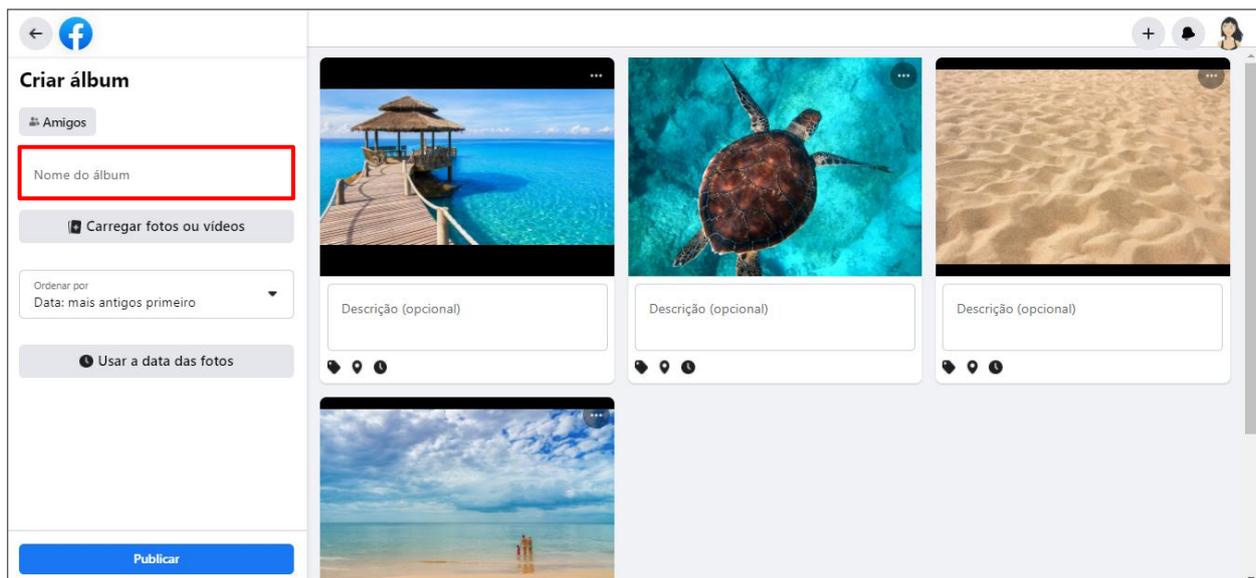
- Carrega na pasta onde estão as fotos ou os vídeos que queres.

A pasta abre.



- Carrega nas fotos que queres pôr no facebook.
- Carrega em **Abrir**.

Uma janela com as fotos que escolheste abre.



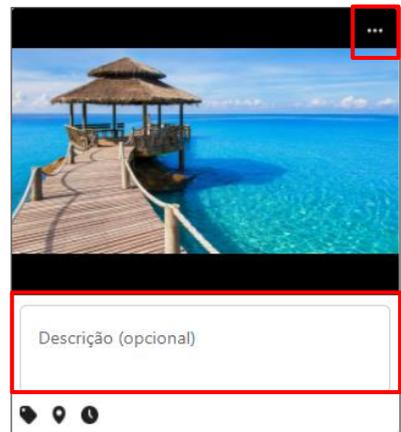
- Carrega em **Nome do álbum**

e escreve um nome para o teu álbum.

Por exemplo **Férias**.

A rectangular input field with a light gray border. Inside, the text "Nome do álbum" is at the top, and "Férias" is entered below it.

No lado direito do ecrã podes ver todas as fotos.



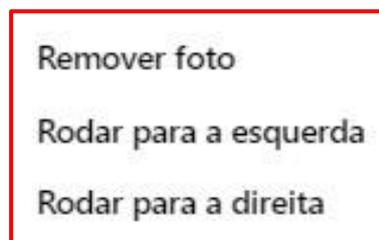
Debaixo de cada foto há um espaço

onde podes escrever algo sobre a tua foto.

Por cima de cada foto, está um botão com **três pontos**.



Se carregares no botão dos três pontos, um menu abre.



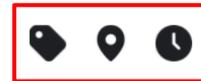
- Carrega em **Remover foto** para apagares a foto do álbum.

- Carrega em **Rodar para a esquerda**

ou em **Rodar para a direita**

se quiseres virar a foto para um dos lados.

Debaixo de cada foto estão **três símbolos**:



O símbolo  é para **marcares** pessoas na tua foto.

Marcar as pessoas na foto

é dizer as pessoas que estão contigo nessa foto.

Como marcar alguém na tua foto:

- Carrega no símbolo 
- Carrega na cara da pessoa que queres marcar para escreveres o nome dela.

Aparece a lista dos teus amigos do facebook.

– Escolhe na lista a pessoa que queres marcar.

Este símbolo  serve para adicionares a **localização** à foto.

Adicionar a localização é escrever em que sítio tiraste a foto.

Por exemplo, se tiraste a foto num restaurante e queres mostrar às pessoas qual é o restaurante, podes escrever a localização da foto.

- Carrega no símbolo 

e começa a escrever o nome do restaurante onde tiraste a foto.

- Aparecem nomes de restaurantes que começam por essas letras.

- Escolhe o nome do restaurante onde tiraste a foto.

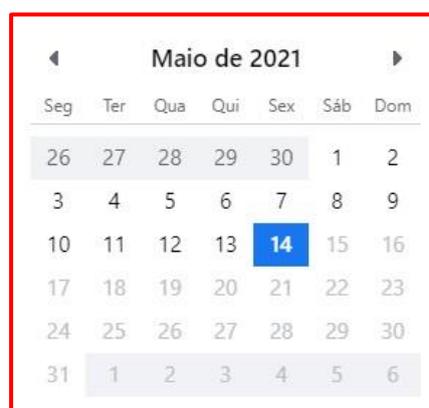
Este símbolo 

serve para escreveres o dia e a hora em que tiraste a foto.

- Carrega no símbolo 

- Carrega na **Data**.

Uma janela com um calendário abre.



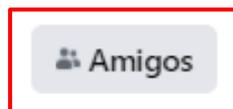
- Podes escolher o mês em que tiraste a foto se carregares nas setas ao lado do nome do mês.

- Carrega em **Hora**

para escreveres a hora em que tiraste a foto.

- Carrega em **Concluído** para guardares o que escreveste.

Este botão



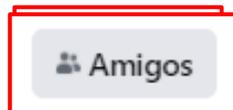
serve para escolheres **quem pode ver o teu álbum.**

Se não carregares no botão,

apenas os teus amigos no facebook podem ver o álbum.

Para escolheres quem pode ver o teu álbum,

carrega no botão



Escolhe a opção que preferes.

- Carrega em **Publicar**



para guardares o teu álbum no facebook.

Como fazer uma publicação Facebook

Uma publicação pode ser uma frase,
um vídeo ou uma imagem
que queiras partilhar no facebook.

Abre o teu perfil do facebook.

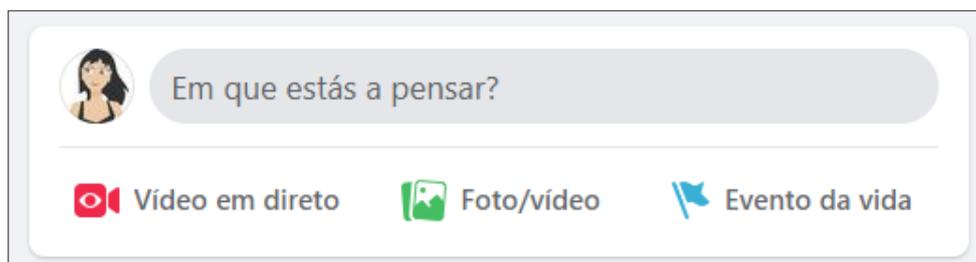
O teu perfil do facebook

é o que aparece quando carregas no botão com o teu nome
e com a tua foto.

- Carrega em **Publicações**



- Carrega no espaço onde diz **Em que estás a pensar?**



Uma janela abre.

- Escreve o que queres no espaço por baixo da tua foto.



Debaixo do espaço onde escreves estão alguns botões.

- Para escolheres um **fundo** para o teu texto,

carrega no botão 

- Para **adicionares uma foto ou um vídeo**

carrega no botão 

Também podes marcar os teus amigos na tua publicação.

Quando marcas os teus amigos na tua publicação,

eles recebem uma notificação a dizer que os marcaste.

Os teus amigos podem ver e comentar a tua publicação.

- Para **marcares** os teus amigos, carrega no botão 

Uma janela abre.

Escreve o nome do amigo que queres marcar na tua publicação.

A lista dos teus amigos aparece.

Carrega no amigo que queres marcar na tua publicação.



Podes escrever o nome de outros amigos que queiras marcar. Quando acabares de marcar todos os amigos que queres, carrega em **Concluído**.

- Este botão  serve para dizeres o que estás a sentir ou o que estás a fazer no momento.

Podes escrever se estás feliz ou triste, por exemplo.

Podes escrever se estás a comer ou a viajar, por exemplo.

- Carrega no botão 

Aparece uma lista com várias emoções.

Emções são a alegria, a tristeza e o medo, por exemplo.

Carrega no que estás a sentir no momento.



Carrega em atividades.

Aparece uma lista de atividades.

Carrega na atividade que estás a fazer.

- Este botão 

serve para adicionares a localização à tua publicação.

Começa a escrever o nome do sítio onde estás.

Aparecem nomes de sítios que começam por essas letras.

Carrega no nome do sítio onde estás.

Quando a tua publicação estiver pronta,

carrega no botão **Publicar**



Mudar e apagar uma publicação

- Para mudares a tua publicação,

carrega no botão dos três pontos

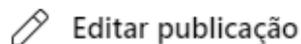


O botão dos três pontos



está por cima da tua publicação.

- Carrega em **Editar Publicação**.



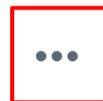
- Muda aquilo que queres na tua publicação.

- Quando acabares de mudar o que queres,

carrega em **Guardar**.

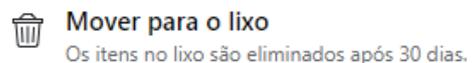
- Para apagares a tua publicação,

carrega no botão dos três pontos

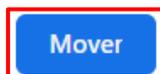


que está por cima da tua publicação.

- Carrega em **Mover para o lixo**.



- Carrega em **Mover**.



Como ver as publicações dos teus amigos

- Para veres as publicações dos teus amigos,

carrega no botão **Página inicial**



O botão **Página inicial** está no cimo do ecrã ao meio.

No cimo do ecrã está a janela para fazeres uma publicação.

Debaixo dessa janela

aparecem as publicações dos teus amigos.

Se achares uma publicação interessante, podes carrega nela.

Algumas publicações são links para sites.

Um **link** é o endereço para um site.

Por exemplo,

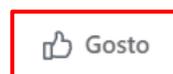
se carregares numa publicação de uma notícia,

o site abre e podes ver a notícia completa.

Debaixo de cada publicação estão três botões.



- Se passares com o rato em cima do botão **Gosto**,



aparecem algumas reações que podes escolher.

Por exemplo, se gostares da publicação,

podes carregar no botão **gosto** 

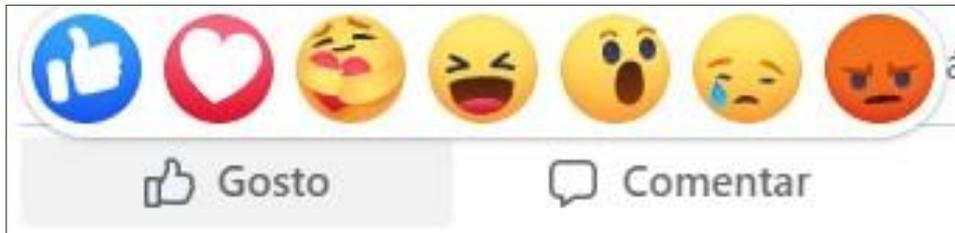
ou no botão **adoro**. 

Se a publicação te faz rir, podes carregar no botão 

Se a publicação te faz ficar zangado,

podes carregar no botão 

Carrega na reação que quiseres.



- Ao lado do botão **Gosto**, está o botão **Comentar**



Se carregares no botão **Comentar**,

aparece um espaço onde podes escrever um comentário

sobre a publicação.



Carrega na tecla **Enter** quando acabares de escrever.

Se quiseres podes mudar ou apagar o teu comentário.

- Carrega no botão dos três pontos



ao lado do teu comentário.

Uma janela abre.



Carrega em **Editar** ou em **Eliminar**.

Se carregares em **Editar** podes mudar o teu comentário.

Se carregares em **Eliminar** uma janela abre.



Se tens a certeza que queres apagar o teu comentário,
carrega em **Eliminar**.

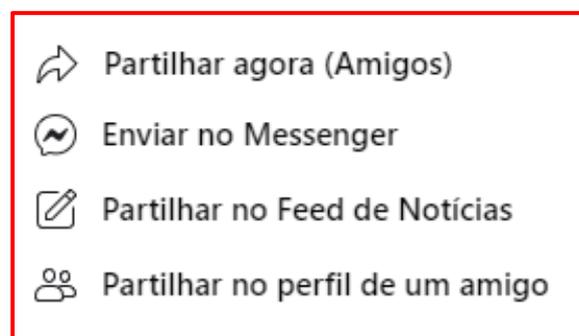
- Ao lado do botão **Comentar** está o botão **Partilhar**



Se carregares no botão **Partilhar**, podes fazer várias coisas.

Quando partilhas uma publicação,

ela aparece no teu perfil do facebook.



Se carregares em **Partilhar agora (Amigos)**,

partilhas a publicação tal como está.

Se carregares em **Partilhar no Feed de Notícias**,

podes escrever algo antes de partilhares a publicação.

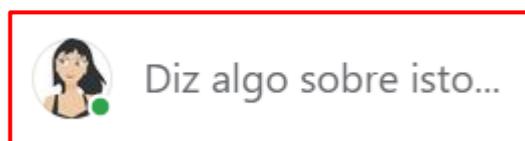
Se quiseres enviar a publicação a um amigo

por mensagem privada,

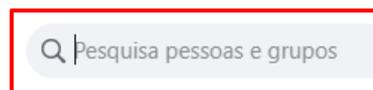
carrega em **Enviar no Messenger**.

- Se carregares em **Enviar no Messenger**,

podes escrever uma mensagem no espaço ao lado da tua foto.



- No espaço ao lado da lupa,



escreve o nome do amigo para quem vais enviar a publicação.

- Carrega em **Enviar** ao lado da foto e do nome do teu amigo.

Se quiseres partilhar a publicação

na página do facebook de um amigo,

carrega em **Partilhar no perfil de um amigo**.

Uma janela abre.

- Escreve o nome do amigo

com quem queres partilhar a publicação.

- Carrega no nome do teu amigo.

Uma janela abre.

- Se quiseres podes escrever alguma coisa na publicação.

- Carrega em **Publicar**.

Como ver publicações interessantes

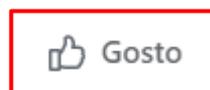
Os jornais e as lojas online

normalmente não têm um Perfil do Facebook,

mas têm uma Página do Facebook.

Isto quer dizer que não podemos fazer um pedido de amizade,

só podemos pôr **gosto** na página.



Por exemplo:

Os jornais têm uma página do facebook para publicar notícias.

As lojas têm uma página do facebook para publicar ofertas e promoções.

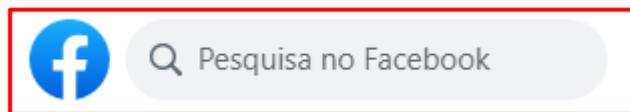
Como ver a página de um jornal

ou de uma loja no facebook:

- Escreve o nome do jornal ou da loja na barra de pesquisa do facebook.

A barra de pesquisa do facebook

está no cimo do ecrã à esquerda.



- Quando acabares de escrever,

carrega na tecla **Enter**



- Carrega na página que queres ver.

A página abre.

Se gostares da página, podes carregar no botão **Gosto**

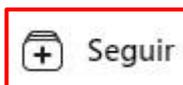


Se quiseres, também podes **seguir** a página.

- Carrega no botão dos três pontos



- Carrega em **Seguir**.



Quando segues uma página,

as publicações dessa página

aparecem no teu **Feed de notícias**.

O Feed de notícias

é onde aparecem as publicações dos teus amigos e das páginas que gostas.

Como entrar e sair da tua conta do Facebook

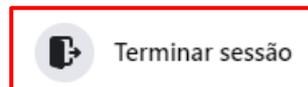
Se fores a única pessoa a usar o computador, podes deixar a tua conta do facebook aberta.

Se outras pessoas usarem o computador, é melhor saíres da tua conta do Facebook.

Antes de fechares o computador, sai da tua conta do Facebook.

Como sair da tua conta do Facebook

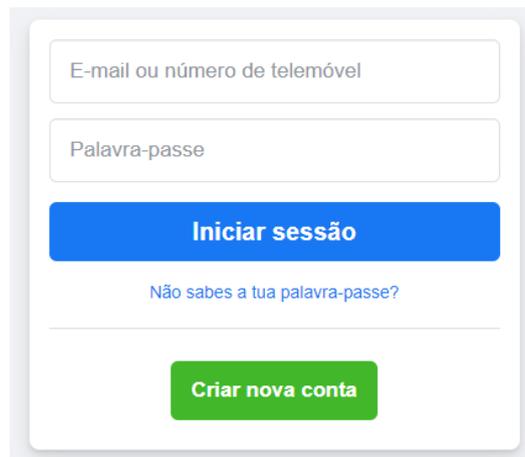
- Carrega no círculo com a tua foto no cimo do ecrã à direita.
- Carrega em **Terminar sessão**



Como entrar na tua conta do Facebook

- Abre o **Google Chrome**. 
- Escreve **Facebook** na barra de pesquisa.
- Carrega na tecla **Enter**. 

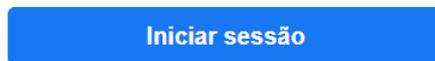
- Carrega no primeiro site que aparece.



A login form with two input fields: 'E-mail ou número de telemóvel' and 'Palavra-passe'. Below the fields is a blue button labeled 'Iniciar sessão'. Underneath the button is a link that says 'Não sabes a tua palavra-passe?'. At the bottom of the form is a green button labeled 'Criar nova conta'.

- Escreve o teu **e-mail** e a tua **palavra-passe**.

- Carrega no botão **Iniciar sessão**.



Como ver se tens notificações

As notificações servem para te avisar de alguma coisa.

Por exemplo,

se alguém puser gosto ou comentar a tua foto,

recebes uma notificação.

Também podes receber uma notificação

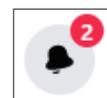
se algum dos teus amigos fizer anos.



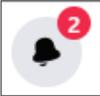
O símbolo das notificações está no cimo do ecrã à direita.

Quando tens notificações,

aparece um número no símbolo das notificações.



O número que aparece no círculo vermelho,
é o número de notificações que tens.

- Carrega no botão  para veres as notificações.



Messenger do facebook

Introdução

O Messenger é o chat do Facebook.

Um **chat** é um sítio na internet

onde podes falar com outras pessoas por mensagem.

O Messenger permite que envies mensagens

e faças chamadas de vídeo com os teus amigos do Facebook.

Como usar o Messenger

Quando estiveres no facebook, podes abrir o messenger.

- Carrega no botão  no cimo do ecrã à direita.

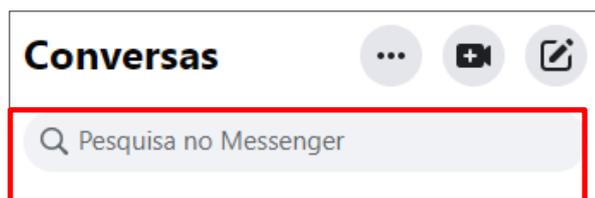
- Uma janela abre.

- Para aumentares a janela, carrega no botão 

Como enviar uma mensagem a alguém

- Carrega na barra de pesquisa do messenger

no cimo do ecrã à esquerda.

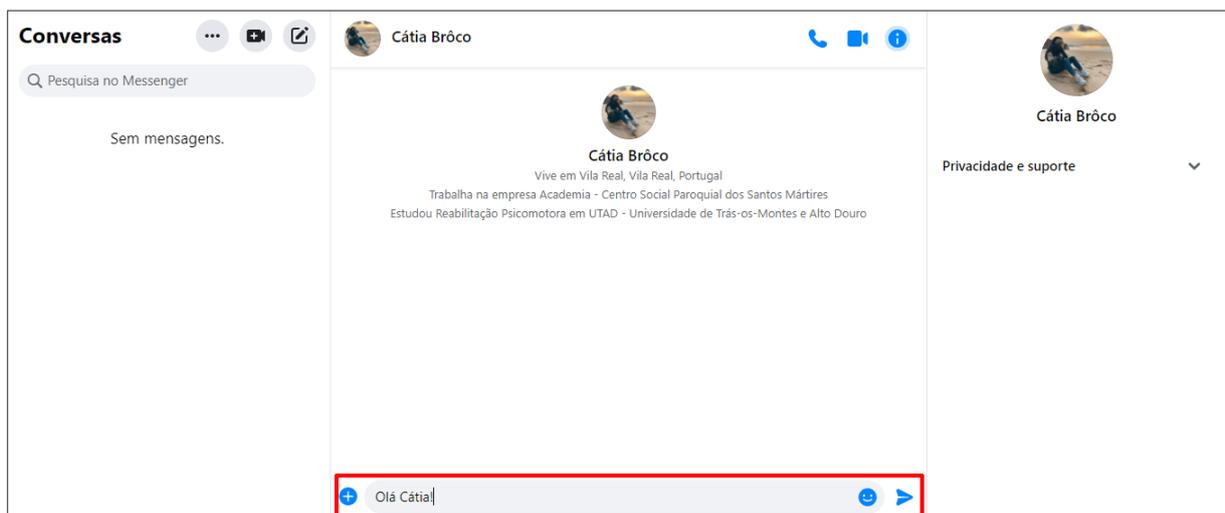


- Escreve o nome do amigo

para quem queres enviar a mensagem.

- Carrega no nome e na foto do teu amigo.

Uma janela abre no meio do ecrã.



No fundo do ecrã está uma barra cinzenta onde podes escrever a tua mensagem.

- Se quiseres enviar um **emoji**,

carrega no boneco que está a sorrir

ao lado do espaço onde escreves a mensagem.



Os **emojis** são bonecos que podes enviar nas tuas mensagens.

Cada **emoji** mostra uma emoção diferente.

Carrega no emoji que queres enviar na tua mensagem.

- Para enviases a tua mensagem,

carrega na tecla **Enter** do teclado

ou carrega na seta azul.



Para enviases uma foto ou um vídeo ao teu amigo,

carrega no botão



Uma janela abre.

- Escolhe a foto ou o vídeo

que queres enviar.

- Carrega em **Abrir**.

Carrega na tecla **Enter do teclado**

ou carrega na seta azul



para enviases a tua mensagem.

Para enviases um sticker na tua mensagem

carrega no botão



Um sticker também é um boneco
que podes enviar na tua mensagem.

Há muitos stickers com bonecos diferentes.

- Carrega no sticker que queres enviar.

Para enviases um GIF na tua mensagem,

carrega no botão



Um GIF é uma imagem que se mexe.

- Por exemplo, se queres procurar uma imagem
com um boneco a bater palmas,
escreve **bater palmas** na barra de pesquisa.

- Carrega no GIF que queres enviar na mensagem.

Para enviases um ficheiro na tua mensagem,

carrega no botão



Um ficheiro pode ser uma música ou um documento,
por exemplo.

- Carrega no botão



- Carrega no ficheiro que queres enviar na tua mensagem.

- Carrega em **Abrir**.

- Carrega na tecla **Enter** ou na seta azul



para enviases o ficheiro na tua mensagem.

Se o teu amigo te enviou algo que gostaste,

podes carregar no botão gosto



Para ligares ao teu amigo no messenger,

carrega no botão

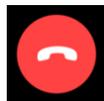


no cimo do ecrã à direita.

A chamada para o teu amigo começa.

- Para desligares a chamada com o teu amigo,

carrega no botão



Para começares uma chamada de video com o teu amigo,

carrega no botão

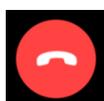


no cimo do ecrã à direita.

A chamada de vídeo com o teu amigo começa.

- Para desligares a chamada de vídeo com o teu amigo,

carrega no botão



Como usar o Computador e a Internet

Autores da linguagem fácil: Eleonora Di Liberto, Cátia Brôco, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, M^a Sagrario López Sánchez, M^a Rosa Sánchez López Guerrero, Veronika Juknevičienė, Živilė Paulauskaitė, Roberta Piazza, Valentina Perciavalle, Simona Rizzari, Anna Krasnowska, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

Técnicos gráficos da linguagem fácil: Martina Di Liberto, Sandra Belchior, Julián Antonio Díaz-Toledo Gómez, Tomáš Karnecki, Simona Rizzari, Piotr Grzegorz Bendiuk, Malle Oberpal, Kaja Vaabel.

A revisão deste livrete em linguagem fácil foi feita por: António Barbosa, Paulo Sá, Miguel Sifrósio, Lúcia Pereira.



<https://accessibleinformationmaterial.blogspot.com>



Cofinanciado pelo
Programa Erasmus+
da União Europeia

“O apoio da Comissão Europeia à produção desta publicação não constitui um aval do seu conteúdo, que reflete unicamente o ponto de vista dos autores, e a Comissão não pode ser considerada responsável por eventuais utilizações que possam ser feitas com as informações nela contidas.”