1. **Como comunicar de forma eficiente:**

**Comunicação:**

Processo de participação na partilha de informação entre duas ou mais pessoas.

**Elementos do Processo de Comunicação:**

* Emissor
* Mensagem (Codificada) enviada pelo canal (caminho)
* Receptop (Descodifica mensagem)
* Mensagem de feedback (codificada) enviada pelo canal

**Tipos de Comunicação:**

Verbal:

* Oral
* Escrita

Não verbal:

* Linguagem Corporal:

- Expressões faciais apropriadas;

- Recurso a gestos das mãos (não exagerar)

* Tom de voz:

- Tom de voz variado

- Volume adequado

- Pausas

- Articular bem as palavras

* Contacto visual:

- Contacto regular promove conexão (Sem exagerar ou fixar durante muito tempo);

* Postura e Aparência

- Boa postura e aparência adequada às circunstâncias.

* Gestos:
* Toque

**Barreiras de comunicação:**

* Semântica e Cultura (gestos e expressões)
* Psicologia e emoções
* Tecnologia (problemas com ligação ou dificuldade em usar determinado canal)
* Organizacional (hierarquia)
* Físico (Barulho, comunicação à distância).

**Ultrapassar Barreiras:**

* Planear bem o conteúdo da mensagem e o que se quer comunicar de forma concisa.
* Ter em atenção à comunicação verbal e não verbal.
* Escolher o canal e horário de comunicação mais adequados.
* Verificar se os recetores entenderam a mensagem.
* Escutar o feedback e encorajar uma comunicação continua.
* Comunicar cara-a-cara para evitar equívocos na transmissão de mensagem.
* Limitar o número de interações na cadeia de comunicação.

1. **Como comunicar ciência:**

**Porquê comunicar ciência?**

Em ciência nada tem qualquer valor para a sociedade se não for comunicada. Assim, o processo de ciência não está completo até ser comunicado, pois é um processo essencial.

**Como falar sobre ciência:**

* Saber quem é a audiência:

- Dependendo de quem a audiência é e as circunstâncias devemos adequar o discurso. Por exemplo, falamos de forma diferente para uma audiência científica que está dentro do assunto foco do que para um grupo de crianças do quarto ano.

* Ter cuidado com a linguagem:

- Manter linguagem simples (less is more).

- Direto e claro ao assunto

- Evitar ser vago e usar expressões, abreviações, palavras longas e palavras duplo sentido.

- Usar analogias e metáforas (se apropriado)

- Adaptar linguagem para envolver a audiência

- Variar tom de voz e fazer pausas.

* Construir uma história com a qual se pode iniciar comunicação/apresentação de ideias.

**Canais de comunicação de ciência:**

* Publicação de artigos.
* Posters científicos para conferencias.
* TV, Radio e Jornais.
* Cafés de Ciência
* Redes Sociais (IMPACTO)
* Feiras da Ciência
* Visitar escolas

1. **Como preparar e executar uma palestra**

**Falar publicamente:** Medo, pânico, nervos etc…

**Como preparar:**