

CITIZENS XELERATOR

MODELO E KIT

Introdução



Conteúdo

Descrição	3
Projeto Citizens Xelerator.....	3
Conteúdo do Modelo e Kit Citizens Xelerator	4
Manual Think Tank Citizens Xelerator.....	4
Crie a sua ação! Brochura Citizens Xelerator	4
Planeamento de Dias Citizens Xelerator	5
Sessões de microaprendizagem Citizens Xelerator.....	5
Implementação das atividades/iniciativas no Citizens Xelerator Action Lab.....	6
Disseminação das atividades/iniciativas	8
Avaliação do impacto das atividades/iniciativas implementadas	11
Multiplicação das atividades/iniciativas.....	12



Descrição

Desenvolvido no âmbito do [*Citizens Xelerator project*](#), este modelo e kit fornecem uma abordagem estruturada para permitir que adultos com necessidades de literacia não atendidas melhorem a sua literacia e promovam o envolvimento democrático e cívico nas suas comunidades locais. O modelo centra-se na promoção de competências pessoais, sociais e de aprendizagem, ao mesmo tempo que incentiva a participação ativa em iniciativas comunitárias.

O modelo e kit Citizens Xelerator compreende os recursos e materiais que serão utilizados e implementados durante os Citizens Xelerator Labs, a fase piloto do projeto, que será implementada a nível nacional, nos oito países da parceria. Os Citizens Xelerator Action Labs oferecerão espaços onde os adultos podem aceder a recursos e orientação para desenvolver e lançar soluções locais para desafios sociais e de sustentabilidade.

Os principais objetivos dos Citizens Xelerator Action Labs são:

Enfrentar desafios: Enfrentar desafios sociais, humanos e sustentáveis nas comunidades locais.

Desenvolver competências: Melhorar as competências pessoais, sociais e de aprendizagem dos adultos.

Promover o envolvimento cívico: Aumentar as oportunidades de envolvimento democrático e cívico entre adultos com necessidades de literacia não atendidas.

Fortalecer Parcerias: Expandir parcerias estratégicas para melhorar a literacia, as competências e o empoderamento dos adultos.

Projeto Citizens Xelerator

O projeto Citizens Xelerator é um projeto europeu com a duração de dois anos e tem como principais objetivos:

- Reforçar a literacia democrática e cívica e a empatia social dos adultos pouco qualificados;
- Contribuir para uma mudança sistémica na abordagem e estratégias regionais/nacionais/europeias que promovam a participação dos adultos na vida democrática, abraçando valores comuns e o envolvimento cívico.

O Citizens Xelerator é coordenado pela MENTORTEC (Portugal) e conta com a participação de oito organizações parceiras de oito países: AAH (Grécia), ACEFIR (Espanha), AEAE (Roménia), AONTAS (Irlanda), APCEP (Portugal), CESIE (Itália), DANTE (Croácia) e VHS (Alemanha).

Os principais grupos-alvo do projeto Citizens Xelerator são:

- Profissionais de educação de adultos
- Promotores de educação de adultos
- Adultos com necessidades de literacia não atendidas
- Organizações da sociedade civil



Conteúdo do Modelo e Kit Citizens Xelerator

O modelo e kit Citizens Xelerator são cuidadosamente elaborados para capacitar adultos com necessidades de literacia não atendidas e promover iniciativas comunitárias. O kit consiste em quatro recursos essenciais concebidos para catalisar a mudança social e promover o desenvolvimento sustentável. Estes recursos são cuidadosamente selecionados para fornecer uma estrutura abrangente para adultos que procuram enfrentar desafios urgentes nas suas comunidades locais. Apresentamos uma descrição detalhada dos componentes do modelo e kit Citizens Xelerator:

O Manual Think Tank Citizens Xelerator

O primeiro componente, o 'Manual Think Tank Citizens Xelerator', serve como um guia fundamental. Este manual oferece aos facilitadores e participantes um roteiro detalhado para conduzir sessões de brainstorming eficazes. Descreve técnicas comprovadas e as melhores práticas para estimular o pensamento criativo e a geração de ideias entre adultos com necessidades de literacia não atendidas. Ao encorajar a participação ativa e cultivar um ambiente de diálogo aberto, este manual equipa os facilitadores com as ferramentas para desbloquear todo o potencial de ideias inovadoras dos participantes.

O manual Think Tank num “pisar de olhos” ...

- **Conteúdo:** Diretrizes e melhores práticas para conduzir sessões de brainstorming eficazes.
- **Objetivo:** Equipar os facilitadores com ferramentas para encorajar a participação ativa e a geração de ideias entre adultos com necessidades de literacia não atendidas.
- **Resultados:** Sessões de brainstorming onde adultos com necessidades de literacia não atendidas compartilharão e explorarão ideias potenciais para iniciativas e eventos. O principal objetivo destas sessões de brainstorming é encorajar o pensamento criativo e a geração de ideias dentro da comunidade.

Brochura Crie a sua ação CX !

O segundo recurso, a Brochura 'Crie sua Ação CX!' conduz os participantes por uma caminhada passo a passo, desde a conceção até a implementação. Esta brochura abrangente fornece instruções práticas, modelos e recursos, permitindo que os adultos transformem suas ideias em projetos tangíveis e viáveis. Com diretrizes claras e a percepção de especialistas, os participantes ficam capacitados a navegar pelas complexidades do planeamento e execução de projetos, garantindo que as suas iniciativas atendam efetivamente às necessidades e desafios locais.

Brochura Crie a sua ação CX ! num “pisar de olhos” ...

- **Conteúdo:** Instruções passo a passo, modelos e recursos para ajudar os adultos a transformar as suas ideias em planos viáveis.
- **Objetivo:** Fornecer orientação prática, garantindo que os adultos possam implementar eficazmente as suas iniciativas.
- **Resultados:** Crie a sua Ação! onde adultos com necessidades de literacia não satisfeitas implementarão as suas ideias e contribuirão para superar os desafios locais. O objetivo principal de Crie a sua ação! é capacitar os adultos para transformarem as suas ideias em iniciativas viáveis, promovendo um sentimento de realização e impacto na comunidade.

Planeamento de Dias Citizens Xelerator

O terceiro componente, 'Planeamento de Dias Citizens Xelerator', concentra-se na organização de eventos comunitários impactantes. Este recurso oferece recursos de planeamento de eventos, ideias criativas e modelos para facilitar a execução perfeita de iniciativas Dias Citizens Xelerator. Ao celebrarem datas importantes relacionadas com temas do projeto, esses eventos não apenas conscientizam, mas também mostram o esforço coletivo da comunidade. Através de atividades envolventes e sessões interativas, estes eventos criam uma plataforma para os membros da comunidade participarem ativamente e aprenderem uns com os outros.

Planeamento de Dias Citizens Xelerator num “pisca de olhos” ...

- **Conteúdo:** Recursos para planeamento de eventos, ideias criativas e modelos para organizar eventos comunitários.
- **Objetivo:** Auxiliar no planeamento e execução bem-sucedidos das iniciativas de Dias Citizens Xelerator, promovendo o envolvimento da comunidade.
- **Resultados:** Dias Citizens Xelerator! compreendendo um amplo conjunto de iniciativas para celebrar datas importantes relacionadas com os principais temas do projeto durante a fase das ações piloto. O principal objetivo de Dias Citizens Xelerator! é aumentar a conscientização, envolver a comunidade e mostrar o impacto das iniciativas locais.

Kit de micro aprendizagem Citizens Xelerator

O quarto recurso, o 'Kit de micro aprendizagem Citizens Xelerator' oferece pequenos módulos educacionais, adaptados para apoiar os adultos na sua jornada de desenvolvimento de iniciativas. Essas pequenas unidades de aprendizagem cobrem tópicos relevantes, oferecendo noções concisas, porém abrangentes. Projetadas para acomodar as agendas lotadas dos participantes, essas iniciativas de micro aprendizagem fornecem conhecimentos e competências valiosos, melhorando a capacidade dos participantes de pensar criticamente, planejar com eficácia e lançar projetos comunitários bem-sucedidos.

Kit de micro aprendizagem Citizens Xelerator num “pisca de olhos” ...

- **Conteúdo:** Pequenos módulos de aprendizagem, materiais educacionais e recursos que cobrem vários tópicos relevantes.
- **Objetivo:** Apoiar adultos com oportunidades de aprendizagem concisas e focadas, melhorando os seus conhecimentos e competências para uma implementação bem-sucedida da iniciativa.
- **Resultados:** Iniciativas de micro aprendizagem, correspondendo a pequenas unidades de aprendizagem sobre temas relevantes para ajudar os adultos no planeamento, preparação e lançamento das suas iniciativas. O principal objetivo das iniciativas de micro aprendizagem é fornecer apoio e conhecimento direcionados, permitindo que os adultos adquiram as competências e conhecimentos necessários para os seus projetos.

Juntos, estes componentes formam a espinha dorsal do modelo e kit Citizens Xelerator, capacitando adultos com necessidades de literacia não atendidas com o conhecimento, as competências e a confiança necessárias para impulsionar mudanças positivas nas suas comunidades. Ao oferecer uma abordagem holística de envolvimento comunitário e de impacto social, o modelo e kit Citizens Xelerator equipam os indivíduos com as ferramentas de que necessitam para criar um legado duradouro de mudança positiva.

Implementação das atividades/iniciativas do Citizens Xelerator Action Lab

A execução bem-sucedida das atividades/iniciativas do Citizens Xelerator Action Labs é um processo dinâmico que requer um planejamento cuidadoso, um envolvimento ativo e um compromisso para alcançar os objetivos globais do projeto. A implementação dos Citizens Xelerator Action Labs requer planejamento estratégico, envolvimento dos participantes e documentação meticulosa.

Em seguida encontramos uma seção detalhada que descreve os principais aspetos da implementação dessas iniciativas transformadoras. Ao considerar estes aspetos-chave, as organizações que implementam as atividades/iniciativas do Citizens Xelerator Action Labs podem garantir que não só terão impacto, mas também contribuirão significativamente para o empoderamento e a sustentabilidade da comunidade.

1. Planejamento e Coordenação de Atividades:

- **Objetivos:** Garantir que cada atividade/iniciativa se alinhe perfeitamente com os objetivos e metas centrais do projeto, enfatizando a capacitação de adultos com necessidades de literacia não atendidas e a promoção de soluções orientadas para a comunidade.
- **Orientações:** Leia atentamente e siga as orientações de cada atividade/iniciativa.
- **Agenda:** Defina os principais temas da sua atividade/iniciativa e crie uma agenda. Você pode encontrar um modelo para sua agenda no Anexo I do 'Guia de Planejamento'.
- **Coordenação oportuna:** Desenvolva um cronograma abrangente para a fase de implementação, descrevendo a sequência de atividades, marcos e resultados principais para manter uma abordagem estruturada.

2. Estratégias de envolvimento dos participantes:

- **Ambiente Inclusivo:** Promova um ambiente inclusivo que incentive a participação ativa e perspectivas diversas. Garantir que todos os participantes, independentemente do seu nível de competências, se sintam valorizados e envolvidos nas diferentes atividades/iniciativas.
- **Capacitação do Facilitador:** Equipar os facilitadores com a formação necessária para orientar eficazmente os participantes através das diferentes atividades/iniciativas.

3. Para capturar momentos importantes por meio de documentação:

- **Documentação visual:** Designe indivíduos ou equipas dedicadas para capturar momentos importantes durante as atividades do Citizens Xelerator Action Labs. Enfatize as interações positivas, os esforços colaborativos e o impacto tangível das iniciativas.
- **Considerações sobre privacidade:** Tenha discrição ao tirar fotografias, respeitando a privacidade dos participantes e evitando a gravação de conteúdo sensível ou inapropriado.

4. Monitorização e Adaptação Contínuas:

- **Mecanismos de verificação:** Ao longo da fase de implementação, estabeleça mecanismos de feedback eficazes para recolher informações dos participantes, facilitadores e partes interessadas. Avalie regularmente a eficácia das atividades e reúna sugestões de melhoria.

- **Estratégias de Adaptação:** Seja flexível na adaptação de estratégias com base no feedback em tempo real e na evolução das necessidades da comunidade. Modifique as iniciativas conforme necessário para garantir que continuem a responder à natureza dinâmica da comunidade.

5. Avaliação e Avaliação do Impacto:

- **Métricas Quantitativas e Qualitativas:** Sempre que possível, utilize métricas de avaliação quantitativas e qualitativas, tais como pesquisas, avaliações dos participantes e dados observacionais, para avaliar de forma abrangente o impacto das iniciativas.
- **Considerações sobre o impacto a longo prazo:** Implementar avaliações de impacto a longo prazo para avaliar a sustentabilidade das competências adquiridas pelos participantes e os efeitos duradouros do Citizens Xelerator Action Labs na comunidade.

6. Comunicação e celebração do sucesso:

- **Comunicação Transparente:** Manter uma comunicação transparente com os participantes, partes interessadas e a comunidade em geral sobre o progresso e os resultados das iniciativas do Citizens Xelerator.
- **Comemorando Conquistas:** Comemore ativamente os sucessos e marcos alcançados durante as atividades e iniciativas. Utilizar vários canais de comunicação para mostrar o impacto positivo das soluções orientadas para a comunidade e a capacitação de adultos com necessidades de literacia não atendidas.

Divulgação das iniciativas/atividades

Divulgar as ações dos Citizens Xelerator Action Labs é vital por vários motivos. Não só aumenta a consciencialização sobre as iniciativas – atraindo a participação de adultos com necessidades de literacia não atendidas – mas também envolve ativamente a comunidade, promovendo um sentimento de envolvimento e apropriação. A divulgação eficaz também serve como uma ferramenta poderosa para mostrar o impacto real que estas iniciativas têm nas comunidades locais, enfatizando a sua importância e incentivando outros a participar.

Certifique-se de planejar as suas atividades de divulgação de acordo com os eventos específicos que está a planejar no âmbito do seu projeto Citizens Xelerator. Ao adaptar os materiais de divulgação às características únicas de cada evento ou iniciativa, é possível comunicar eficazmente o propósito, os objetivos e os resultados esperados, criando uma ligação mais forte com o público.

Além disso, reconhecer as diversas preferências do(s) seu(s) público(s)-alvo é fundamental para uma divulgação bem-sucedida. Alguns indivíduos podem responder melhor a apresentações visuais, enquanto outros podem preferir informações escritas detalhadas. Ao compreender essas preferências, você pode projetar estrategicamente materiais que atendam a vários estilos de aprendizagem e preferências de comunicação, garantindo que a mensagem ressoe efetivamente num público o mais amplo possível.

Na era digital de hoje, a importância de aproveitar múltiplos canais de comunicação não pode ser exagerada. Embora os métodos tradicionais, como cartazes e brochuras, ainda sejam relevantes, incorporar plataformas online e redes sociais no seu plano de divulgação pode melhorar significativamente os seus esforços de divulgação. A utilização de sites, blogs, plataformas de média social e boletins informativos por e-mail amplia a presença online das iniciativas, atingindo um público mais amplo e diversificado. Estes canais não só facilitam as interações em tempo real, mas também criam oportunidades de envolvimento ativo, incentivando os participantes e as partes interessadas a partilharem as suas experiências e conhecimentos.

Ao empregar uma abordagem estratégica e multifacetada para a divulgação, você pode maximizar o alcance e o impacto das suas iniciativas Citizens Xelerator. Através de materiais personalizados, diversos canais de comunicação e conteúdos envolventes, as iniciativas podem captar eficazmente a atenção, o interesse e a participação ativa da comunidade, promovendo um sentido de responsabilidade partilhada e ação coletiva em prol de uma mudança social positiva.

De seguida fornecemos vários exemplos de materiais que podem ser elaborados e aplicados para divulgar iniciativas do Citizens Xelerator. Você pode personalizar a seleção desses materiais com base na sua iniciativa específica, no público desejado ou no contexto único em que a iniciativa está ocorrendo. Ao adotar uma abordagem flexível, você pode escolher os materiais mais adequados para comunicar de forma eficaz a essência e o impacto das suas iniciativas.





Brochuras e Flyers

Elabore brochuras e folhetos visualmente atraentes descrevendo os objetivos dos Citizens Xelerator Action Labs, apresentando histórias de sucesso e convidando os membros da comunidade a participar nas diferentes atividades/iniciativas.



Posters

Crie posters informativos destacando as principais atividades, conquistas e eventos futuros nos Citizens Xelerator Action Labs. Exiba esses cartazes em centros comunitários, bibliotecas e empresas locais.



Postagens em mídias sociais

Crie postagens envolventes nas redes sociais com recursos visuais atraentes, histórias de sucesso e atualizações de eventos. Use os canais de mídia social da sua instituição (Facebook, Instagram, LinkedIn e X...) para atingir um público mais amplo.



Website e Blog

Atualize regularmente os seus sites institucionais com notícias, programação de eventos, depoimentos de participantes e resultados de projetos.



Comunicados de imprensa

Escreva e distribua comunicados de imprensa para jornais locais, estações de rádio e meios de comunicação online. Para atrair a cobertura da mídia, certifique-se de destacar conquistas significativas, parcerias e eventos futuros.



Newsletters e emails



Prepare boletins informativos regulares com atualizações sobre iniciativas em andamento, eventos futuros, histórias de sucesso e artigos relevantes. Distribua esses boletins informativos por e-mail para membros da comunidade, partes interessadas e organizações locais.

Uma componente essencial de uma boa divulgação é o envio de emails personalizados aos stakeholders relevantes, convidando-os a participar nas iniciativas. Estes e-mails podem servir como um método de comunicação direcionado, garantindo que as principais pessoas e organizações estejam cientes das iniciativas do Citizens Xelerator e sejam incentivadas a participar ativamente.



Infográficos

Crie infográficos visualmente atraentes resumindo o impacto do Citizens Xelerator num formato fácil de entender.

Depoimentos e estudos de caso

Colete depoimentos e crie estudos de caso destacando as experiências positivas dos participantes. Compartilhe essas histórias em vários formatos, incluindo artigos escritos, vídeos e postagens nas redes sociais.



Exposições Comunitárias

Acolha exposições apresentando os projetos, conquistas e inovações dos Citizens Xelerator Action Labs. Convide membros da comunidade, organizações da sociedade civil e instituições educacionais para participar.



Avaliação do impacto das atividades/iniciativas implementadas

Para avaliar a eficácia das atividades/iniciativas do Citizens Xelerator, é vital avaliar o seu impacto, identificando áreas que necessitam de melhorias e verificando o cumprimento dos objetivos. Para facilitar este processo de avaliação, fornecemos um modelo de inquérito abrangente que pode distribuir após cada iniciativa (ver alguns exemplos nos Anexos 7 e 8 do folheto 'Crie a sua Ação!'. Esta pesquisa tem como objetivo coletar feedback dos participantes, fornecendo contributos valiosos sobre as suas experiências e perceções. O modelo é altamente adaptável e foi concebido para atender aos seus objetivos específicos, à natureza da iniciativa que está a implementar ou ao contexto único em que as atividades estão a decorrer. Quer você administre on-line ou em formato papel, a flexibilidade do modelo permite adaptar as perguntas para atender às especificidades de cada iniciativa. A sua capacidade de personalizar a pesquisa significa que você pode obter feedback relevante e significativo dos participantes, independentemente dos diversos ambientes em que as atividades ocorrem.

Ao analisar esse feedback, você pode tomar decisões informadas, promovendo a melhoria contínua e garantindo que as iniciativas estejam alinhadas com os objetivos pretendidos. Na verdade, avaliar o impacto das atividades/iniciativas implementadas fornece informações valiosas que podem enriquecer o seu planeamento futuro, melhorar a eficácia das suas iniciativas e, em última análise, contribuir para o desenvolvimento sustentável da comunidade dos seus participantes.



Multiplicação das iniciativas/atividades

A fase multiplicadora é uma componente crítica do projeto Citizens Xelerator, enfatizando a transferência e replicação de iniciativas bem-sucedidas para alargar o seu impacto para além da implementação inicial.

Ao planear e executar estrategicamente as iniciativas e atividades do Citizens Xelerator, as organizações embarcam numa jornada transformadora que tem o potencial de criar um profundo efeito cascata. Essencialmente, o planeamento estratégico e a implementação das iniciativas Citizens Xelerator vão além do impacto imediato, dando origem a um efeito cascata que se move através das comunidades, organizações e redes colaborativas. O foco estratégico do projeto na documentação, capacitação e envolvimento comunitário serve como catalisador para este impacto de longo alcance, abrindo caminho para um legado sustentável de empoderamento e resiliência que perdura muito depois da fase inicial de implementação.

Planeamento Estratégico como Arquiteto de Impacto

O planeamento meticuloso das iniciativas do Citizens Xelerator Labs é semelhante a um projeto arquitetónico, estabelecendo as bases para um efeito de repercussão que ressoa nas comunidades. Ao selecionar cuidadosamente iniciativas que se alinhem com os objetivos principais do projeto, as organizações podem preparar o terreno para um impacto significativo e sustentável. A utilização estratégica de recursos e conhecimentos especializados garante que cada iniciativa contribui não só para melhorias imediatas, mas também para o desenvolvimento comunitário a longo prazo.

Documentação como Pilar do Conhecimento

O legado de conhecimento do projeto Citizens Xelerator estará contido na sua documentação abrangente, capturando a sabedoria adquirida com iniciativas bem-sucedidas. Registos detalhados de metodologias, melhores práticas e lições aprendidas formarão um depósito de conhecimento que transcenderá a memória organizacional. Este armazenamento de conhecimento não só facilitará a melhoria contínua, mas também se tornará um recurso valioso para outras organizações e comunidades que procuram replicar modelos de sucesso.

Capacitação para Empoderamento Duradouro

Central para o efeito cascata do projecto Citizens Xelerator é a capacitação dos facilitadores, que é estimulada durante o projeto para garantir a implementação harmoniosa das iniciativas. Além disso, ao investir nas competências, conhecimentos e capacidades de liderança dos membros da comunidade, as organizações lançam as sementes para uma capacitação duradoura. O desenvolvimento de facilitadores e participantes torna-se um processo transformador, dotando os indivíduos de ferramentas para enfrentar os desafios de forma independente e contribuindo para a resiliência geral da comunidade.

Envolvimento da comunidade como catalisador

Envolver ativamente as comunidades no planeamento e execução das iniciativas do Citizens Xelerator Labs é fundamental para criar o efeito cascata. Através da tomada de decisões inclusivas e de esforços colaborativos, as organizações permitirão que as suas comunidades se apropriem dos Citizens Xelerator Labs. Este envolvimento não só ampliará o impacto das iniciativas individuais, mas também



incutirá um sentimento de orgulho e responsabilidade, criando um impulso comunitário para uma mudança positiva.

Ampliando o impacto por meio da colaboração

O efeito cascata não se limita às fronteiras de uma única comunidade, mas expande-se através de esforços colaborativos. Ao partilhar modelos de sucesso e melhores práticas, as organizações que implementam os Citizens Xelerator Labs podem contribuir para uma rede mais ampla de comunidades capacitadas. Este espírito colaborativo torna-se uma força motriz para a ação coletiva, ampliando o impacto global e promovendo um sentido de solidariedade entre diversas comunidades.

Promovendo um legado sustentável

A pedra angular do projeto Citizens Xelerator é o seu foco na sustentabilidade. Ao enfatizar os resultados a longo prazo e a criação de mecanismos autossustentáveis nas comunidades, as organizações podem garantir que um forte legado de empoderamento perdurará. Este legado tornar-se-á um testemunho do poder transformador das iniciativas comunitárias, inspirando as gerações futuras a continuar o trabalho.



CITIZENS ACCELERATOR

act:onaid
για έναν κόσμο πιο δίκαιο

vhs
Volkshochschule
im Landkreis Cham e.V.

AONTAS
The Voice of
Adult Learning

dante
USTANOVA ZA
OBRAZOVANJE
ODRASLIH | ADULT
EDUCATION
INSTITUTION

 **acefir**
associació catalana per l'educació, la formació i la recerca




cesie
the world is only one creature

Asociatia
EUR ADULT
EDUCATION

 **mentortec**

"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:
101087526



Attribution – NonCommercial – ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0)

You are free to:

Share — copy and redistribute the material in any medium or format
Adapt — remix, transform, and build upon the material

The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms.

Notices:

You do not have to comply with the license for elements of the material in the public domain or where your use is permitted by an applicable exception or limitation.

No warranties are given. The license may not give you all of the permissions necessary for your intended use. For example, other rights such as publicity, privacy, or moral rights may limit how you use the material.

Under the following terms:

- Attribution — You must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use.
- NonCommercial — You may not use the material for commercial purposes.
- ShareAlike — If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

No additional restrictions — You may not apply legal terms or technological measures that legally restrict others from doing anything the license permits.