
TODAS AS PESSOAS TÊM DIREITOS!

Guia de Direitos



MUITAS PESSOAS NÃO CONHECEM OS SEUS DIREITOS.
E NÃO SABEM O QUE PODEM FAZER
QUANDO ESSES DIREITOS NÃO SÃO RESPEITADOS.

FENACERCI

TITULO

Guia de Direitos

Trabalho desenvolvido pela FENACERCI no âmbito do Projeto Dar Voz, projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I. P.

A FENACERCI agradece a todos os participantes nas ações de capacitação que ajudaram a desenvolver este guia.

Os símbolos pictográficos utilizados são propriedade de CATEDU ([HTTP://CATEDU.ES/ARASAAC/](http://CATEDU.ES/ARASAAC/)) sob a licença CREATIVE COMMONS e foram criados por SERGIO PALAO

Dezembro de 2018



GUIA DE DIREITOS



Índice

| | |
|--|----|
| Apresentação do Guia | 4 |
| Os direitos no dia-a-dia | 6 |
| Que direitos? | 8 |
| A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CDPD) | 9 |
| A Declaração Universal dos Direitos Humanos | 10 |
| A Constituição da República Portuguesa | 10 |
| Os direitos da Convenção..... | 12 |
| Os seus direitos são respeitados? | 19 |
| Como pode reclamar os seus direitos? | 22 |
| Fichas de trabalho | 26 |
| Palavras difíceis..... | 47 |

Apresentação do Guia

Todas as pessoas têm direitos.

Mas muitas pessoas não conhecem os seus direitos.

E não sabem o que podem fazer
quando esses direitos não são respeitados.

As pessoas com deficiência têm os mesmos direitos
que todas as outras pessoas.

Este guia não vai falar de direitos novos ou diferentes.

Mas vai falar sobre os direitos que são importantes
para podermos ter uma vida com qualidade.

Vai falar sobre os direitos que as pessoas com deficiência
têm mais dificuldade em fazer respeitar.

E vai tentar explicar
porque é que é preciso que as pessoas possam ter acesso aos direitos.

Falar só dos direitos não é suficiente para que as pessoas tenham
esses direitos respeitados.

Muitas vezes os direitos estão ligados entre si.

Por exemplo,
se eu não conseguir um trabalho pago
eu não vou conseguir ter uma casa ou uma família.

Sabemos que os direitos das pessoas com deficiência
são violados todos os dias.



Uma das razões para que isto aconteça é o facto das pessoas e das suas famílias não conhecerem os direitos.

Ou então não sabem o que podem fazer quando esses direitos não são respeitados.

Com este guia queremos que as pessoas com deficiência e as suas famílias conheçam os seus direitos e saibam o que fazer para que estes sejam respeitados.

Vai ficar a conhecer o que diz a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.



Para construir este guia andámos pelo país a falar com pessoas com deficiência intelectual.

Quisemos saber o que já sabiam sobre direitos.

Quisemos que nos contassem situações em que os seus direitos não foram respeitados.

E outras em que os seus direitos foram respeitados.

E que nos dissessem o que era importante para elas.



Esperamos que as suas histórias de vida ajudem outras pessoas que estejam em situações parecidas.

Vai ter algumas palavras em **negrito**. Estas palavras têm uma explicação no fim do documento.



Obrigada a todos os que contribuíram!

Os direitos no dia-a-dia

Todos os dias
as pessoas com deficiência passam por situações
que têm a ver com os seus direitos.



Muitas vezes não sabem quais são os seus direitos.

Ou que os seus direitos não estão a ser respeitados.

Por exemplo,

quando usam os transportes públicos e
não conseguem perceber um horário ou um percurso.

Ou quando vão ao hospital e são tratadas como crianças.

Ou quando não conseguem concorrer a um trabalho porque não
percebem o que têm de fazer.

Os direitos estão ligados a uma coisa muito importante
para todas as pessoas: a qualidade de vida!

E só temos qualidade de vida quando temos uma “vida boa”!

As pessoas que estudam sobre a qualidade de vida
dizem que para ter qualidade de vida é preciso:

Relacionarmo-nos com as outras pessoas

Todos precisamos de ter amigos e
pessoas de quem gostamos e que gostam de nós.



Autodeterminação

Tomar decisões e fazer escolhas sobre a nossa vida
é muito importante.



Bem-estar emocional

Todos precisamos de nos sentirmos seguros e confiar nos outros e em nós mesmos



Bem-estar físico

Todos devemos ter uma dieta saudável, acesso à saúde e à prática de atividades físicas



Bem-estar económico

Todos precisamos de viver de uma forma digna. Isso significa ter dinheiro, casa, trabalho e outros bens pessoais.



Cidadania e inclusão social

Todos precisamos de sentir que fazemos parte da comunidade.

Devemos poder viver, aprender e participar na nossa comunidade.



Desenvolvimento pessoal

Todos precisamos de ter oportunidades de estudar e aprender. Também precisamos de aprender a comunicar uns com os outros.



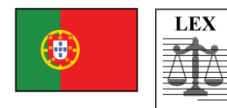
Direitos

Todos precisamos de conhecer e saber como defender os nossos direitos.



Que direitos?

Portugal tem muitas leis para proteger e capacitar as pessoas com deficiência.



As pessoas com deficiência são reconhecidas como iguais.

Existem leis que reconhecem os direitos das pessoas com deficiência.

E também existem leis para castigar aqueles que discriminam as pessoas com deficiência.



Neste guia vamos falar sobre direitos muito importantes, como por exemplo:

- o direito à educação,
- à saúde,
- ao trabalho,
- à vida independente,
- à família e
- à cidadania.

Vamos ficar a conhecer melhor a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, a Declaração Universal dos Direitos Humanos e a Constituição da República Portuguesa.

A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência (CDPD)

A Convenção das Nações Unidas é um dos documentos mais importantes para a história dos direitos das pessoas com deficiência.



É um acordo internacional que foi assinado e ratificado por muitos países, incluindo Portugal.

Portugal ratificou a Convenção em 2009.

Isto significa que o que está escrito na Convenção passou a ser lei em Portugal a partir dessa data.

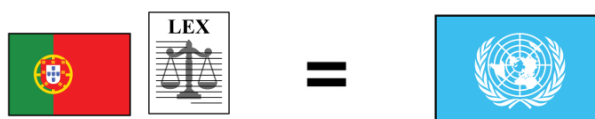


Portugal tem cumprir o que está escrito na Convenção.

O governo tem de trabalhar para que as pessoas com deficiência possam exercer os seus direitos.

E tem de verificar se as leis portuguesas não dizem coisas diferentes do que diz a Convenção.

Nesses casos, o governo tem de mudar as nossas leis.



A Declaração Universal dos Direitos Humanos

Foi em 1978 que a Declaração Universal dos Direitos Humanos passou a fazer parte da legislação portuguesa.



Declaração
Universal
dos Direitos
Humanos

Esta Declaração é de 1948, o que significa que Portugal demorou 30 anos a reconhecer a sua importância.

Este instrumento é muito importante porque diz que todas as pessoas têm o mesmo valor.

E que todas as pessoas têm os mesmos direitos humanos.

A Constituição da República Portuguesa

A nossa Constituição tem um artigo em que fala dos direitos das pessoas com deficiência.



É o artigo 71.

Este artigo diz que as pessoas com deficiência têm os mesmos direitos e deveres que qualquer outro cidadão ou cidadã.



Diz ainda que as pessoas com deficiência têm o direito a exigir ao Estado a criação de todas as condições para que possam exercer este direito à igualdade e à não discriminação.

O Estado tem de apoiar as organizações das pessoas com deficiência.

Mas a Constituição também tem outros artigos que falam dos direitos das pessoas com deficiência.

Por exemplo,

o direito ao trabalho e emprego, à educação e à proteção social.

A lembrar



- Todos temos os mesmos direitos e obrigações de cidadania.
- Em Portugal existem leis para que as pessoas com deficiência possam exercer esses direitos e obrigações.
- Portugal assinou e ratificou a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.
Isso significa que o Estado Português tem de trabalhar para que o que está na Convenção seja uma realidade.
- Se as pessoas com deficiência acham que os seus direitos não são respeitados podem fazer queixa.
- Ninguém pode ser discriminado por ter uma deficiência.

Os direitos da Convenção



A Convenção tem muitos artigos.

Cada artigo é sobre um direito.

Neste guia vamos falar sobre aqueles que achamos mais importantes para as pessoas com deficiência intelectual.

O artigo 3 da Convenção fala sobre os seus princípios.

Os princípios são as ideias principais da Convenção.

A Convenção tem 8 princípios.

São eles:

- Liberdade de fazer escolhas e tomar decisões sobre a sua vida
- Não ser discriminado ou discriminada
- Participar na sociedade como todas as outras pessoas
- Ser respeitado ou respeitada
- Ter as mesmas oportunidades que todas as outras pessoas
- A acessibilidade ser igual para todos
- Homens e mulheres terem as mesmas oportunidades
- Respeitar as crianças com deficiência e o seu desenvolvimento

Os direitos que estão na Convenção estão todos ligados a estes 8 princípios.



Achamos importante que conheça todos os direitos de que fala a Convenção.

Vamos dizer-lhe quais são.

Mas depois vamos falar mais sobre os que achamos mais importantes para as pessoas com deficiência intelectual.

A lembrar



- A Convenção fala sobre os direitos das pessoas com deficiência.
- Os direitos que estão na Convenção são todos direitos humanos.
- Os direitos que estão na Convenção estão todos ligados a 8 princípios (ideias).
- Um dos princípios mais importante é que todas as pessoas devem poder tomar decisões e fazer escolhas sobre a sua vida.
- Também é importante que os espaços e a informação sejam acessíveis a todas as pessoas.
- E que todas as pessoas devem poder estar incluídas e participar na comunidade.

Artigos da Convenção que falam sobre direitos

5. Igualdade e não discriminação

Todas as pessoas são iguais perante a lei.

Ninguém pode ser discriminado por ter uma deficiência.



6. Mulheres com deficiência

As mulheres e as raparigas com deficiência têm de ser respeitadas e tratadas de forma justa.



7. Crianças com deficiência

As crianças com deficiência têm os mesmos direitos que todas as outras.

Têm o direito a ser ouvidas e a dar a sua opinião sobre tudo o que diz respeito às suas vidas.



8. Informar todas as pessoas sobre a deficiência

É importante que todas as pessoas saibam o que conseguem fazer as pessoas com deficiência.



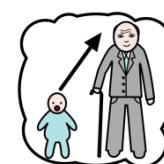
9. Acessibilidade

Todos os lugares e a informação devem ser acessíveis às pessoas com deficiência.



10. Direito à vida

As pessoas com deficiência têm o direito à vida e a terem as mesmas oportunidades que todas as outras pessoas.



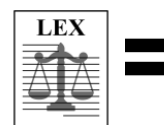
11. Riscos e emergências humanitárias

As pessoas com deficiência têm direito à proteção e à segurança em caso de situações de risco ou de emergência humanitária, por exemplo, quando há um terremoto ou inundações.



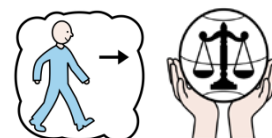
12. Igual reconhecimento perante a lei

As pessoas com deficiência têm o direito a tomar decisões, a gerir os seus bens e ao apoio de que precisem para exercer estes direitos.



13. Acesso à justiça

As pessoas com deficiência têm o direito a aceder à justiça como qualquer outra pessoa.



14. Liberdade e segurança

As pessoas com deficiência não podem ser privadas da sua liberdade por causa da sua deficiência. Têm o direito a ser protegidas como todas as outras pessoas.



15. Proteção contra a tortura e a crueldade

As pessoas com deficiência não podem ser torturadas, humilhadas ou maltratadas.



16. Proteção contra a exploração, o abuso e a violência

Os governos devem proteger as pessoas com deficiência das situações de exploração, abuso e violência. Devem ter formas de verificar que isto não acontece.



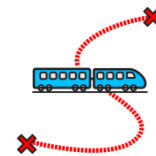
17. Proteção da integridade da pessoa

As pessoas com deficiência têm o direito a ver respeitada a sua integridade física e mental.



18. Liberdade de circulação e nacionalidade

As pessoas com deficiência devem poder viajar livremente, escolher o sítio onde querem viver e a sua nacionalidade.



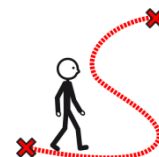
19. Viver independente e estar incluído na comunidade

As pessoas com deficiência devem poder escolher onde e com quem vivem, os serviços e apoio de que precisam e usar os mesmos serviços que todas as outras pessoas.



20. Mobilidade pessoal

As pessoas com deficiência devem poder movimentar-se livremente para todo o lado.



21. Liberdade de expressão, opinião e acesso à informação

As pessoas com deficiência tem o direito a dar a sua opinião e a escolher a forma como o querem fazer.



22. Direito à privacidade

As pessoas com deficiência têm o direito a proteger a sua vida privada, sem interferências doutras pessoas.



23. Respeito pela casa e pela família

As pessoas com deficiência têm o direito a casar, ter uma família e relações pessoais, se quiserem.



24. Educação

As pessoas com deficiência têm direito à educação e à formação ao longo da vida.



25. Saúde

As pessoas com deficiência têm o direito à saúde.

Os serviços de saúde têm de ser acessíveis e deve tratar as pessoas com dignidade e respeito.



26. Habilitação e reabilitação

Devem existir programas de saúde, sociais, educativos e laborais que capacitem as pessoas com deficiência.



27. Trabalho

As pessoas com deficiência têm direito a trabalhar e a ganhar a vida com o seu trabalho.



28. Nível de vida e proteção social

As pessoas com deficiência têm o direito a um bom nível de vida e à proteção social.



29. Participação na vida política e pública

As pessoas com deficiência têm o direito a votar e eleger os seus governantes.

Também têm o direito a candidatar-se, se quiserem.

Devem poder fazer parte de organizações e de partidos políticos.



30. Participação na vida cultural, lazer e desporto

As pessoas com deficiência tem o direito a participar na vida cultural e nos desportos e lazer, como qualquer outra pessoa.



Para ficar a conhecer melhor o que diz a Convenção pode seguir este [link](#) e ler a versão em leitura fácil.

Vamos [aprofundar](#) alguns destes direitos e o que significam para o dia a dia das pessoas com deficiência intelectual.



Nas ações de capacitação que fizemos recolhemos algumas histórias reais.

Vai poder ler sobre elas a seguir.

Os nomes das pessoas foram alterados, assim como qualquer outra informação que ajudasse a saber quem eram as pessoas envolvidas.

Os seus direitos são respeitados?



Perguntámos a algumas pessoas com deficiência intelectual se os seus direitos eram ou não respeitados.

Fizemos um questionário que enviámos para os membros da Plataforma Nacional de Autorrepresentantes (PNAR).

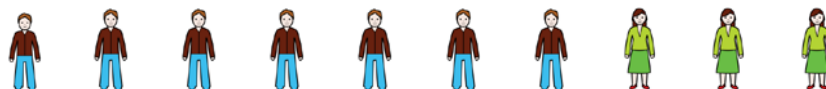
No final deste documento vai poder ver o questionário que foi enviado.

Responderam a este questionário 124 pessoas com deficiência intelectual.

A maior parte vivia perto do mar e com a família.



Em cada 10 respostas, 7 eram homens.



Para estas pessoas, acontecem coisas na vida delas de que elas não gostam.



Por exemplo:

- Não controlar o seu dinheiro, ou seja, não decidir o que fazer com o dinheiro que têm.
- Quando vão ao médico ou ao hospital, as pessoas não falam com elas mas sim com quem as acompanha.
- É difícil sair nos tempos livres com os amigos ou os namorados e namoradas.
- A sua privacidade não é respeitada.

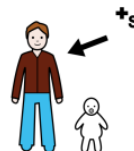


Mas também há coisas de que gostam e que as fazem felizes.



Por exemplo:

- Todas as pessoas que viviam com os pais tinham a chave de casa.
- Também achavam que eram tratadas como adultos.
- As pessoas falavam com elas antes de decidir coisas que tinham a ver com a sua vida.
- E podiam ajudar nas tarefas da casa e da família.
- Quase todas as pessoas com quem falámos já tinham votado nas eleições.



Em muitas outras situações as experiências dividiam-se. Havia pessoas que conseguiam exercer esses direitos e outras que não.

Por exemplo:

- Para algumas pessoas era difícil ter um espaço onde pudessem estar sozinhas.
- Namorar também era complicado para alguns.
- Algumas pessoas sentiam que a sua opinião não era respeitada.
- Em alguns casos, eram outras pessoas a decidir a hora a que se podiam ir deitar.



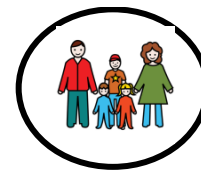
Assim, ficámos a saber que ainda é difícil para as pessoas com deficiência intelectual exercer alguns dos seus direitos.



Isto faz com que a vida não seja tão boa como elas gostariam que fosse.



Também ficámos a saber que, para as estas pessoas, já não é tão difícil ter alguma autonomia e fazerem parte da vida familiar.



Também sentiam que podiam participar na vida política do seu país.



O exercício de direitos como o direito à privacidade e à intimidade ainda era difícil.



Como pode reclamar os seus direitos?



Para poder reclamar os seus direitos precisa de saber um pouco mais sobre como o pode fazer.

Para que possa aceder aos direitos de que falámos antes, o Estado português tomou medidas.

Vamos falar sobre algumas destas medidas.

Bonificação do abono de família para crianças e jovens com deficiência

A segurança social sabe que uma criança com deficiência precisa de cuidados e ajudas diferentes das duma criança sem deficiência.



Por isso, os pais das crianças e jovens com deficiência que tenham direito ao abono de família recebem um abono de família maior.



Para o receber é preciso fazer um pedido à segurança social.

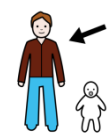


Pode receber este abono até aos 24 anos, se não trabalhar.

Quem recebe a prestação social para a inclusão não pode receber este abono.

Prestação social para a inclusão - PSI

As pessoas com deficiência com mais de 18 anos e que tenham 60 por cento ou mais de incapacidade, têm direito a esta prestação.



Esta prestação veio substituir o subsídio mensal vitalício e a pensão social de invalidez.

Para saber mais sobre esta prestação pergunte à segurança social.

Pode ligar para este número: 300 502 502

ou clicar nesta ligação

http://www.seg-social.pt/noticias/-/asset_publisher/9N8j/content/prestacao-social-para-inclusao



Estas informações não estão em leitura fácil, por isso pode precisar de ajuda para as compreender.

Subsídio de educação especial

Crianças e jovens com deficiência têm direito a um subsídio mensal para que tenham acesso à educação como todas as outras.



O valor deste subsídio não é sempre igual.

Varia de acordo com o rendimento das famílias.

O pedido para receber este subsídio deve ser feito à segurança social.

Pode encontrar mais informação se clicar nesta ligação

<http://www.seg-social.pt/subsidio-de-educacao-especial>



Estas informações não estão em leitura fácil, por isso pode precisar de ajuda para as compreender.

Produtos de apoio para pessoas com deficiência ou incapacidade

As pessoas com deficiência têm o direito a ajuda financeira para poderem comprar alguns produtos de que precisam por causa da sua deficiência.

Por exemplo, para comunicar ou para se movimentarem.

Para poderem receber esta ajuda precisam de a pedir.

Para saber mais sobre isto deve informar-se no seu centro de saúde, na segurança social ou no sítio internet do Instituto Nacional para a Reabilitação – INR, I.P.

Pode encontrar mais informação se clicar nestas ligações:

<http://www.inr.pt/category/1/7/ajudas-tecnicas>

<http://www.seg-social.pt/produtos-de-apoio-para-pessoas-com-deficiencia-ou-incapacidade>

Estas informações não estão em leitura fácil, por isso pode precisar de ajuda para as compreender.

Balcão da Inclusão

Para saber mais sobre estes apoios e outros que existem pode dirigir-se a um balcão da inclusão.

Existem vários balcões da inclusão em todo o país.

Pode fazer a marcação do seu atendimento [aqui](#).

O Instituto Nacional para a Reabilitação (INR, I.P.) também o pode ajudar no exercício dos seus direitos.

Em Lisboa, o balcão da Inclusão fica no INR, I.P.



Queixas por discriminação

Se achar que foi vítima de discriminação pode fazer queixa.

Pode queixar-se:

- Ao membro do Governo responsável pela área da deficiência;
- Ao Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.;
- À Polícia de Segurança Pública (PSP) ou à Guarda Nacional Republicana (GNR);
- À Autoridade de Segurança Alimentar e Económica (ASAE).

Pode preencher um formulário que está no sítio internet do INR, [aqui](#)

Pode ainda fazer queixa ao Provedor da Justiça.

O Provedor tem uma linha própria para as pessoas com deficiência apresentarem queixa.

Pode saber mais [aqui](#)



Contactos

Pode falar pelo telefone para alguns destes locais.

INR, I.P. – 217 929 500/215 952 770

Email – balcaodainclusao@inr.mtsss.pt

Provedor da Justiça – Linha do cidadão com deficiência:

800 20 84 62

Fichas de trabalho

Desenvolvemos algumas fichas de trabalho para ajudar a perceber melhor o significado dos direitos que trabalhámos nas ações de capacitação.

Estas fichas podem ser usadas em reuniões de grupos de autorrepresentantes.

Vão ajudar a perceber os direitos e como se podem praticar no dia-a-dia.

Para além destes vamos falar também da igualdade e não discriminação, porque se relaciona com todos os outros direitos.

Cada ficha está organizada da seguinte forma:

1. Breve descrição do direito em causa
2. Um exemplo que ilustra uma situação relacionada com esse direito
3. O que resulta da situação descrita
4. Recolha de outros exemplos
5. Pensar sobre o que foi falado

Igualdade e não discriminação

Todas as pessoas são iguais perante a lei.

Ninguém pode ser discriminado por ter uma deficiência.



Exemplo:

A Sara quer abrir uma conta no banco.

No banco dizem que não pode abrir a conta sozinha porque tem uma deficiência intelectual.

A Sara falou com o gerente do banco e explicou que tinha direito a abrir uma conta sozinha.

Depois desta conversa

a Sara pode abrir a conta no banco em seu nome.



A Sara sentiu-se muito bem por ter uma conta em seu nome.

Sentiu-se igual a todas as outras pessoas.

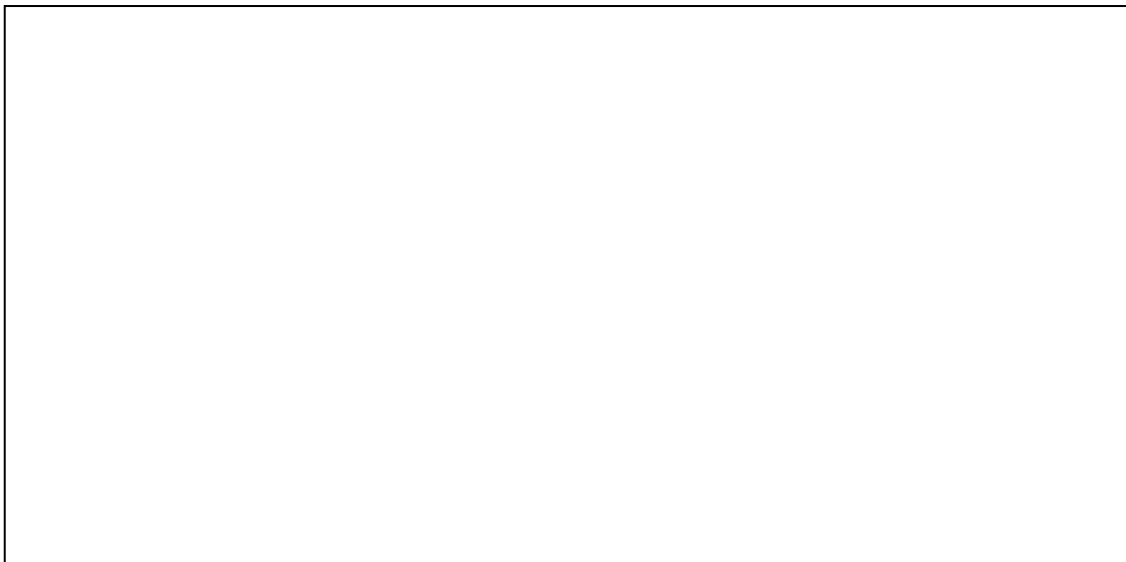
Sentiu-se forte.

Agora pode controlar o seu dinheiro.



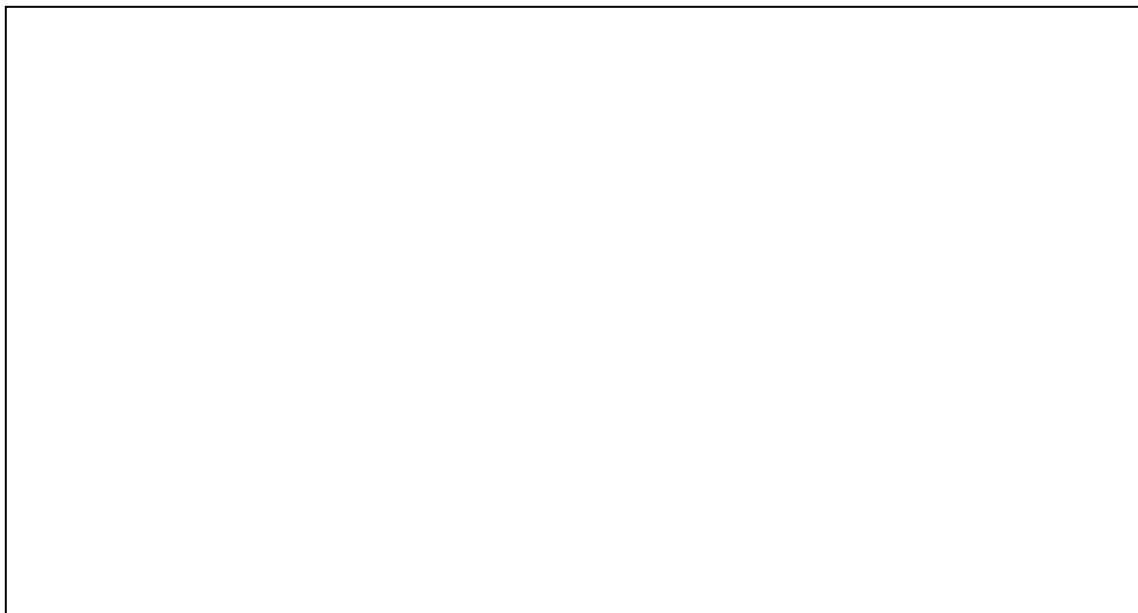
Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que era tratado ou tratada de forma diferente por causa da sua deficiência?)



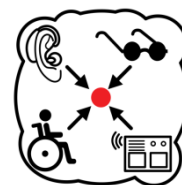
Reflexão

**(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?
Quem pode ajudar?)**



Acessibilidade

Todos os lugares e a informação devem ser acessíveis às pessoas com deficiência.



Exemplo:

O Luís no outro dia teve de andar de metro.

O Luís tem deficiência intelectual e usa uma cadeira de rodas.

No metro não havia ninguém que lhe explicasse onde tinha de ir para chegar ao seu destino.

Quando saiu na estação que queria, percebeu que não existia elevador.



O Luís ficou muito confuso.

Também ficou nervoso e aborrecido porque percebeu que não podia sair na estação que queria.

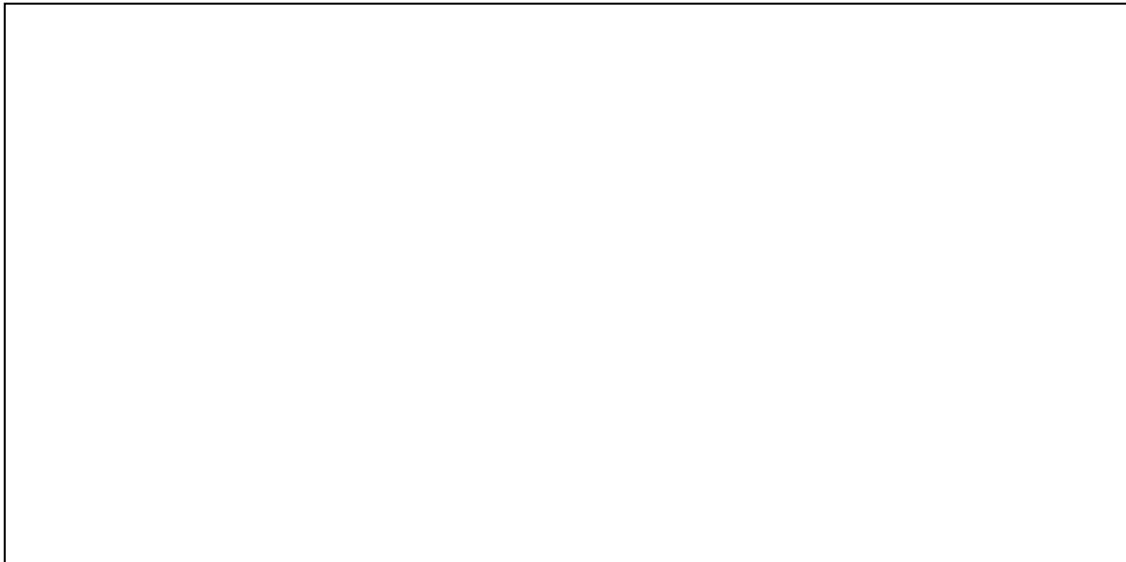
As indicações que estavam no metro eram difíceis de perceber.

O Luís sentiu-se “burro” por não perceber os mapas.



Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que não conseguia perceber ou utilizar os transportes públicos? Ou que não percebia informações importantes para si?)



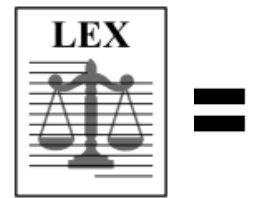
Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer? Quem pode ajudar?)



Igual reconhecimento perante a lei

As pessoas com deficiência têm o direito a tomar decisões, a gerir os seus bens e ao apoio de que precisem para exercer estes direitos.



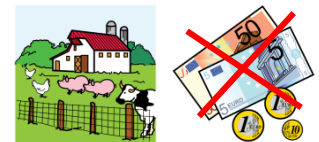
Exemplo:

A mãe da Ana morreu e deixou algumas propriedades.

A Ana é filha única, não tem irmãos.

A Ana vendeu uma das propriedades.

Algumas das pessoas da sua família não a deixam usar o dinheiro da venda.



A Ana não percebe porque não pode usar o dinheiro da venda da propriedade.

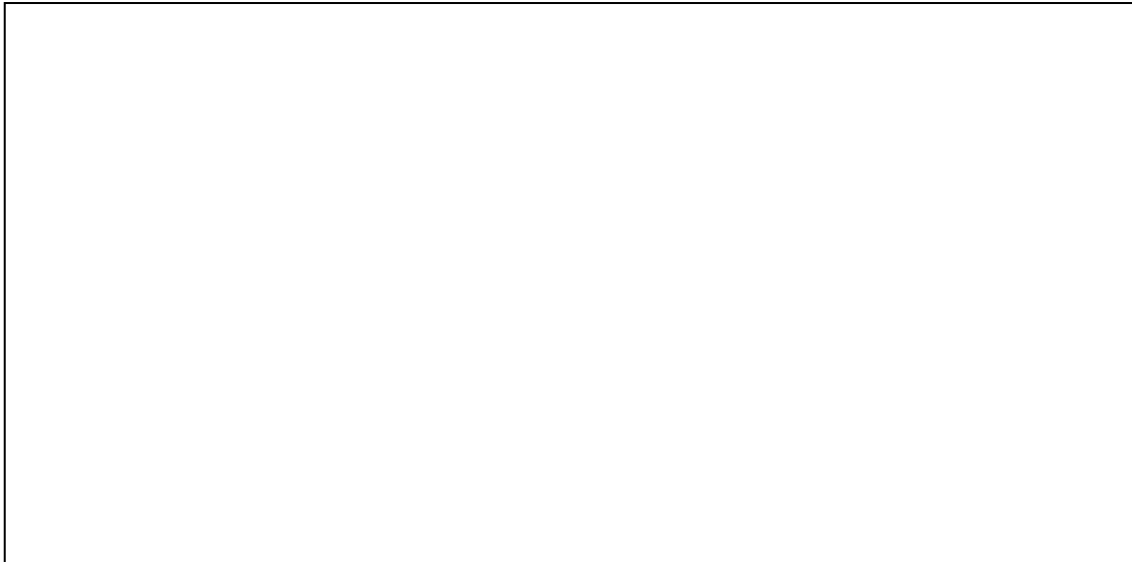
Mas ela sempre respeitou o que a família lhe dizia para fazer.

A Ana acha que eles é que sabem.



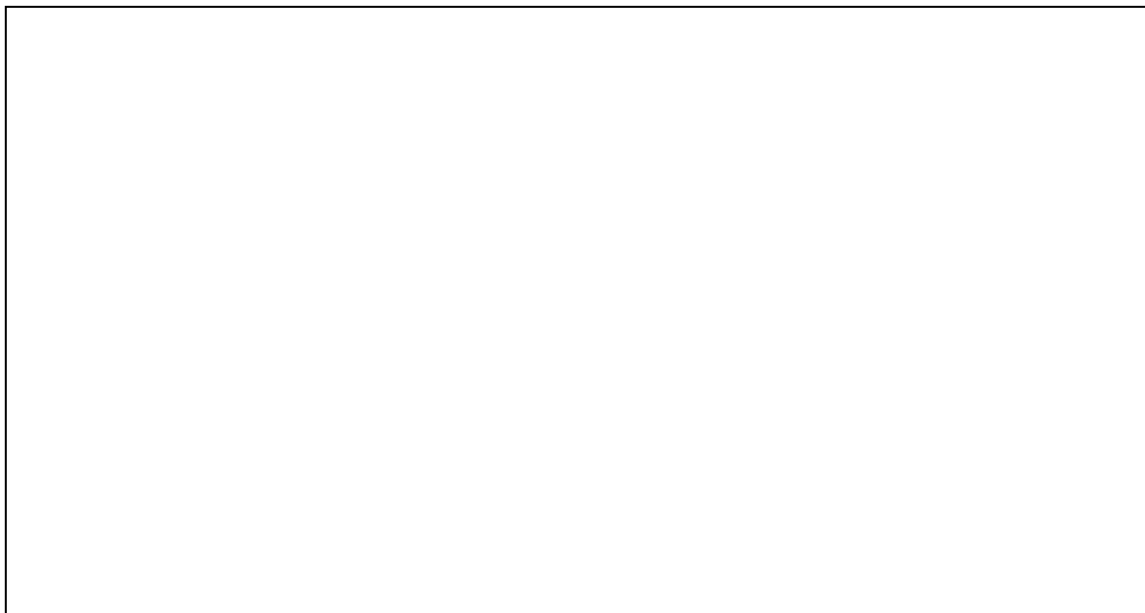
Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que não podia decidir ou dar opinião sobre a sua vida? Ou que não tinha os mesmos direitos que as outras pessoas?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?
Quem pode ajudar?)



Viver independente e estar incluído na comunidade

As pessoas com deficiência devem poder escolher onde e com quem vivem, os serviços e apoio de que precisam e usar os mesmos serviços que todas as outras pessoas.



Exemplo:

A Jacinta vive sozinha há muitos anos. Quando os pais morreram ela ficou a viver na casa onde sempre tinha vivido. Tem ajuda da irmã, que sempre a apoiou nessa decisão.

A irmã ajuda-a nas contas da casa e a ir às compras. A Jacinta também frequenta um ginásio ao pé de casa. Ela gosta muito das aulas de zumba.



A Jacinta sente-se muito orgulhosa por viver sozinha. Ela gosta de receber amigos e de todas as tarefas de casa.

Sabe que pode contar com a irmã para a ajudar nas coisas que não faz tão bem sozinha.


A família também está feliz por ela ser capaz de viver sozinha.

Quando vai ao ginásio a Jacinta sente-se igual a todas as outras pessoas.



Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que podia ou não podia viver de forma independente? E que estava incluído ou incluída na comunidade?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer? Quem pode ajudar?)



Direito à privacidade

As pessoas com deficiência têm o direito a proteger a sua vida privada, sem interferências de outras pessoas.



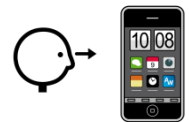
Exemplo:

O António 35 anos.

Tem um telemóvel que usa para falar com os seus amigos e familiares.

Às vezes os profissionais e a família vão ao telemóvel do António e vêem com quem falou e as suas mensagens.

Às vezes falam sobre o que viram com outras pessoas, expondo a vida do António.



O António detesta que vejam o seu telemóvel sem a sua autorização.

Isto faz com que não se sinta respeitado.

Ele tem uma namorada e ela também fica aborrecida.

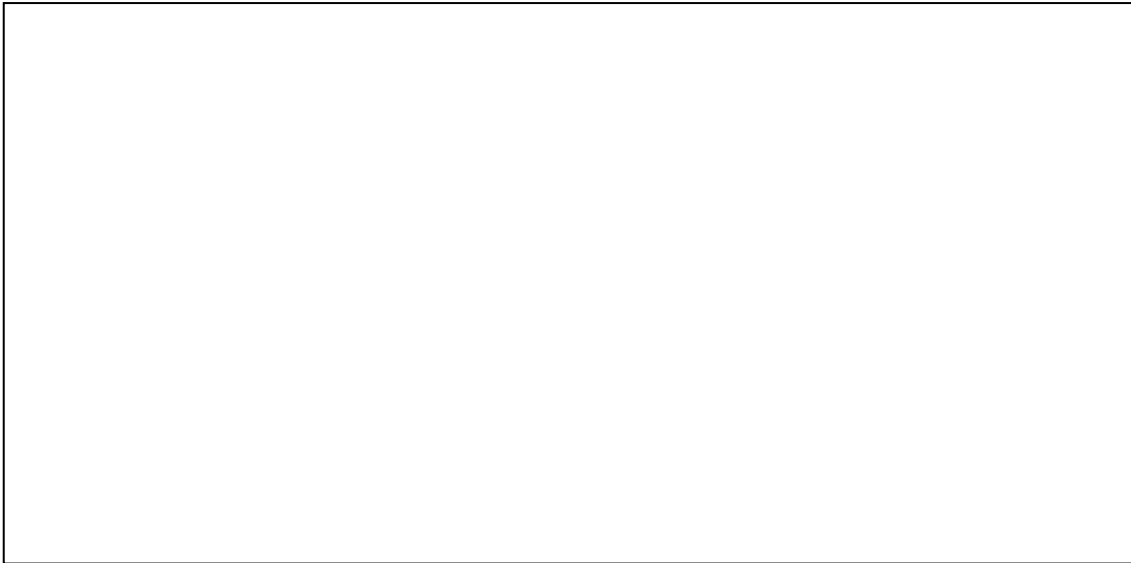
Eles não acham correto

que outras pessoas saibam as coisas que dizem um ao outro.



Outros exemplos

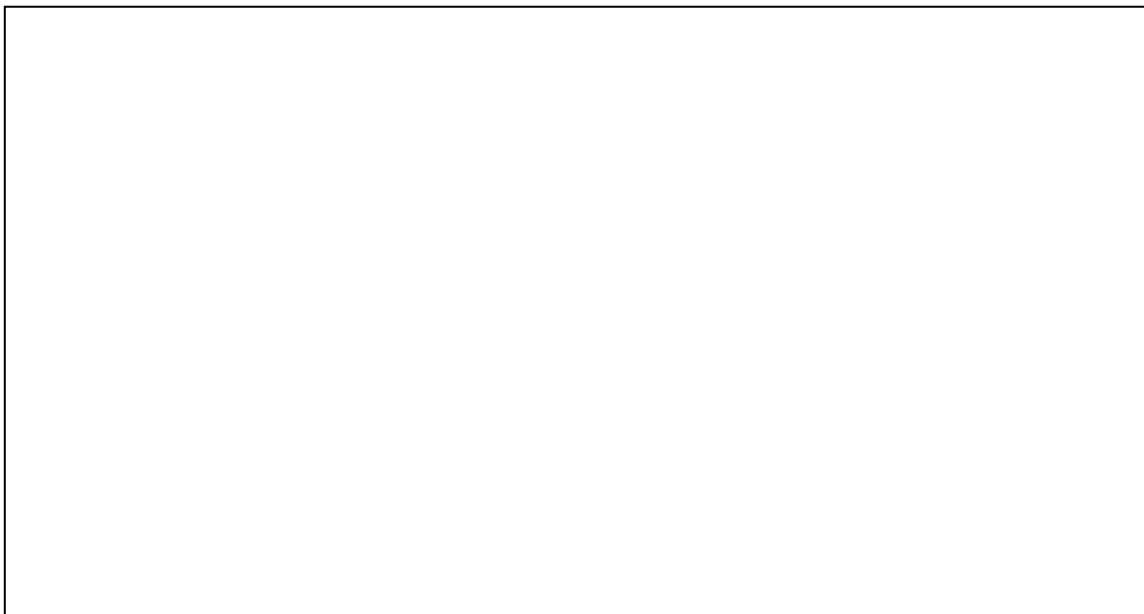
(Alguma vez sentiu que não respeitavam a sua vida privada?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?

Quem pode ajudar?)



Respeito pela casa e pela família

As pessoas com deficiência têm o direito a casar, ter uma família e relações pessoais, se quiserem.

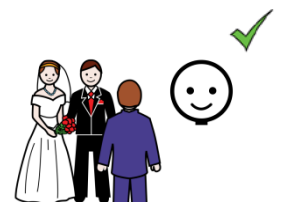


Exemplo:

A Carla namora com o Filipe já há mais de 3 anos. Mas os pais dela não a deixam dar-lhe beijos ou ter outras manifestações de carinho. Nem os deixam ir ao cinema ou jantar fora sozinhos. A Carla tem uma irmã mais nova que pode fazer todas essas coisas com o namorado.

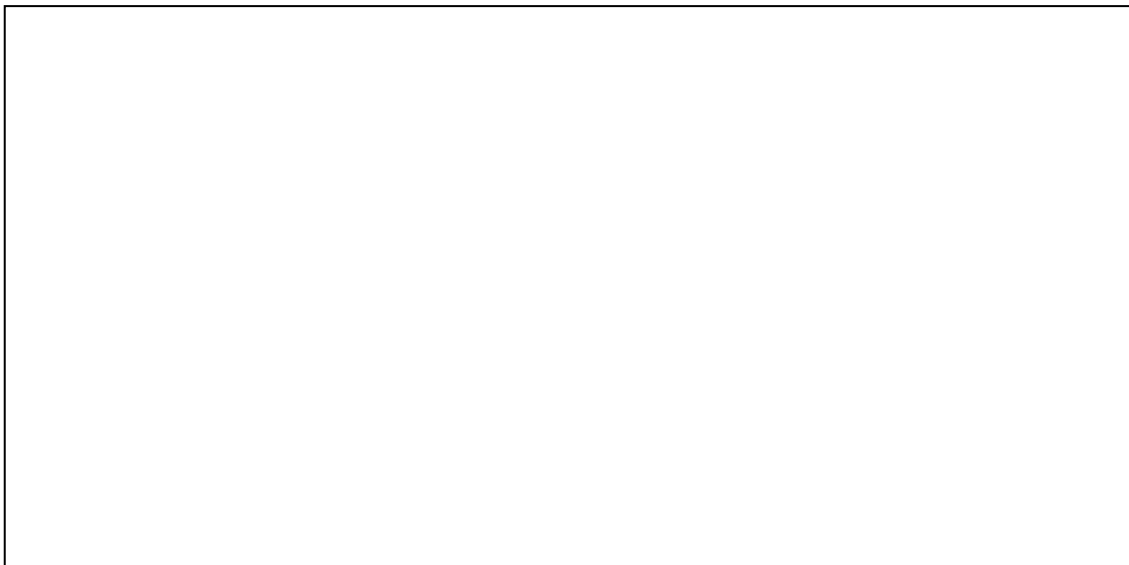


A Carla sente que é discriminada e não tem o mesmo tratamento que a sua irmã. Ela acha que o fazem por ela ter uma deficiência intelectual. Isto deixa a Carla muito triste. Ela queria casar e viver com o Filipe.



Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que o seu direito a namorar e a ter uma família não foi respeitado? Ou que pode namorar e pensar em ir viver com outra pessoa?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?
Quem pode ajudar?)



Educação

As pessoas com deficiência têm direito à educação e à formação ao longo da vida.



Exemplo:

O João fez um curso de formação profissional de cozinheiro e agora trabalha num restaurante.



Já trabalha no restaurante há 3 anos e está muito contente.



Antes disso o João andou na escola, no ensino regular.

O João gosta muito do que está a fazer.

Sente orgulho no percurso de aprendizagem que fez.

É muito importante para o João sentir que o seu esforço para aprender foi recompensado.



O João acha que devia ser mais fácil

para as pessoas aprenderem uma profissão.

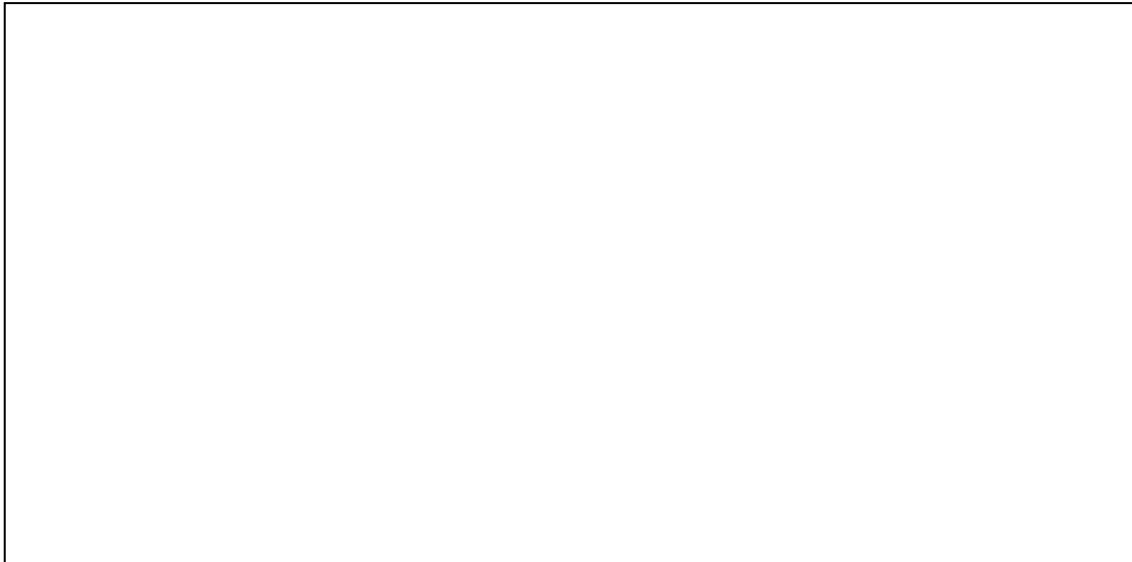
Acha que deviam existir mais cursos acessíveis

às pessoas com deficiência intelectual.



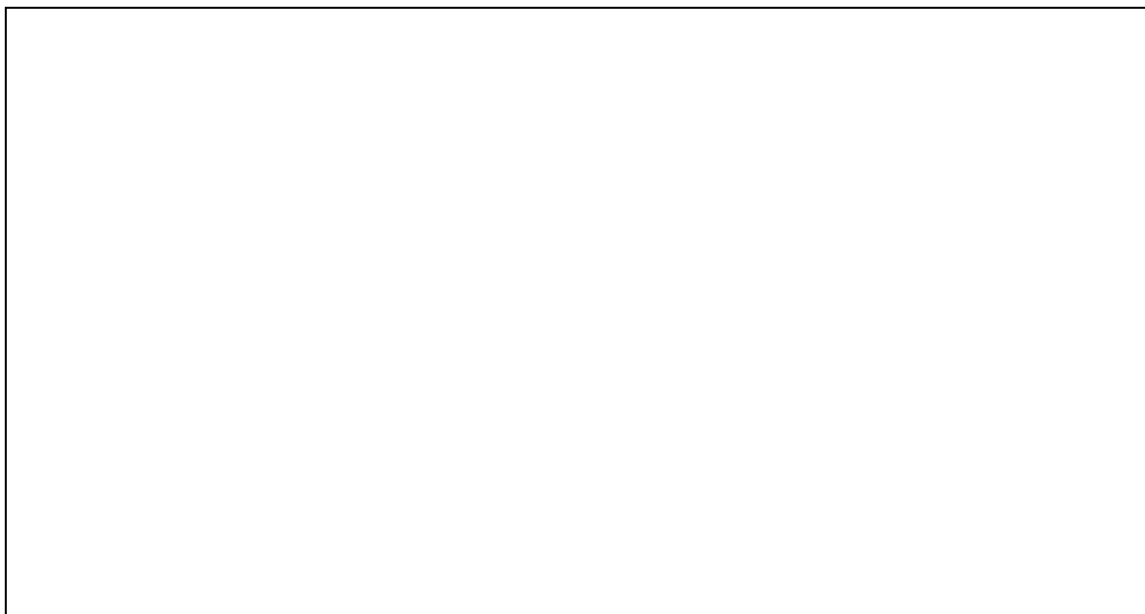
Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que a escola ou a formação profissional eram muito difíceis? Quando acabou a sua formação conseguiu encontrar trabalho facilmente?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer? Quem pode ajudar?)



Saúde

As pessoas com deficiência têm o direito à saúde.



Os serviços de saúde têm de ser acessíveis e deve tratar as pessoas com dignidade e respeito.



Exemplo:

A Sofia quando está doente costuma ir ao Centro de Saúde.

O seu médico de família conhece-a desde pequenina.

Ele pergunta-lhe sempre a ela como se sente.

Quer saber pela Sofia quais são as suas queixas.



No outro dia a Sofia sentiu-se mal e teve de ir ao hospital.

No hospital ninguém falou com ela, só com a sua mãe.

Ninguém quis saber se a Sofia percebia

o que estava a acontecer.



A Sofia sentiu-se irritada e zangada

por ser tratada como uma criança.

Estava cheia de dores e falavam dela

como se não estivesse ali.

Sentiu-se invisível.

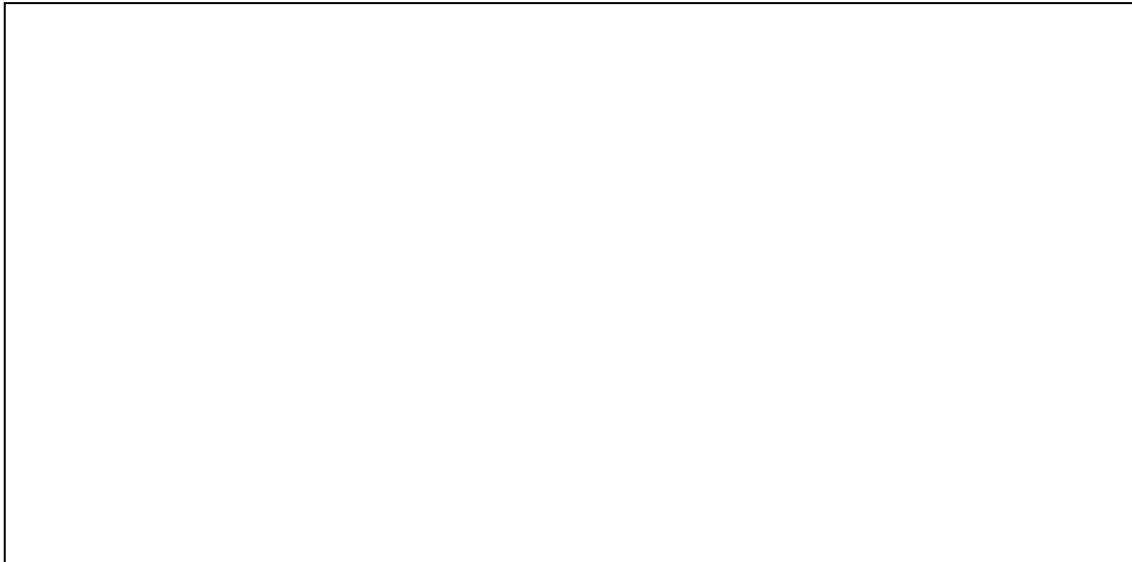
Percebeu que os médicos e as enfermeiras

não sabiam como deviam falar com ela.



Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que os profissionais de saúde não sabiam como falar consigo? Que falavam com os outros sobre si? Que não ouviam o que estava a dizer-lhes?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer? Quem pode ajudar?)



Trabalho

As pessoas com deficiência têm direito a trabalhar e a ganhar a vida com o seu trabalho.



Exemplo:

O Rui está a trabalhar num supermercado.

É ele que arruma a fruta e os vegetais.

Às vezes também ajuda no armazém.

Conduz a empilhadora quando é preciso.

Quando começou não sabia fazer esse trabalho.

O encarregado do armazém ensinou-o e confiou nele.



O Rui está muito feliz por poder trabalhar e ser tratado como todos os outros colegas.

Ele tem aprendido muitas coisas desde que começou a trabalhar.

Ao final do mês,

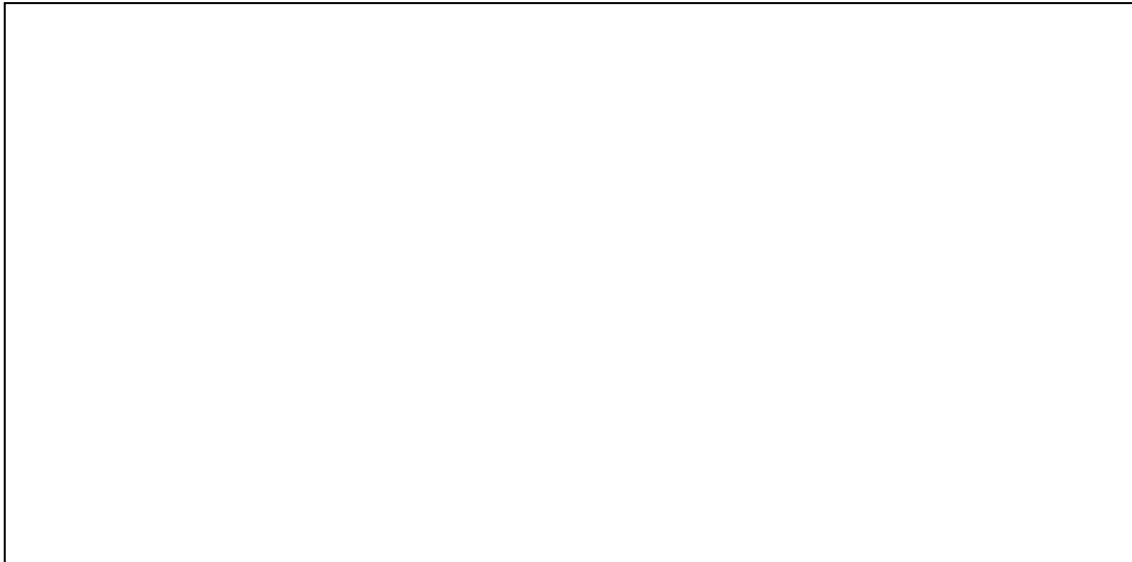
o Rui recebe o mesmo ordenado que os colegas que fazem o mesmo trabalho.

É muito importante para o Rui poder trabalhar.



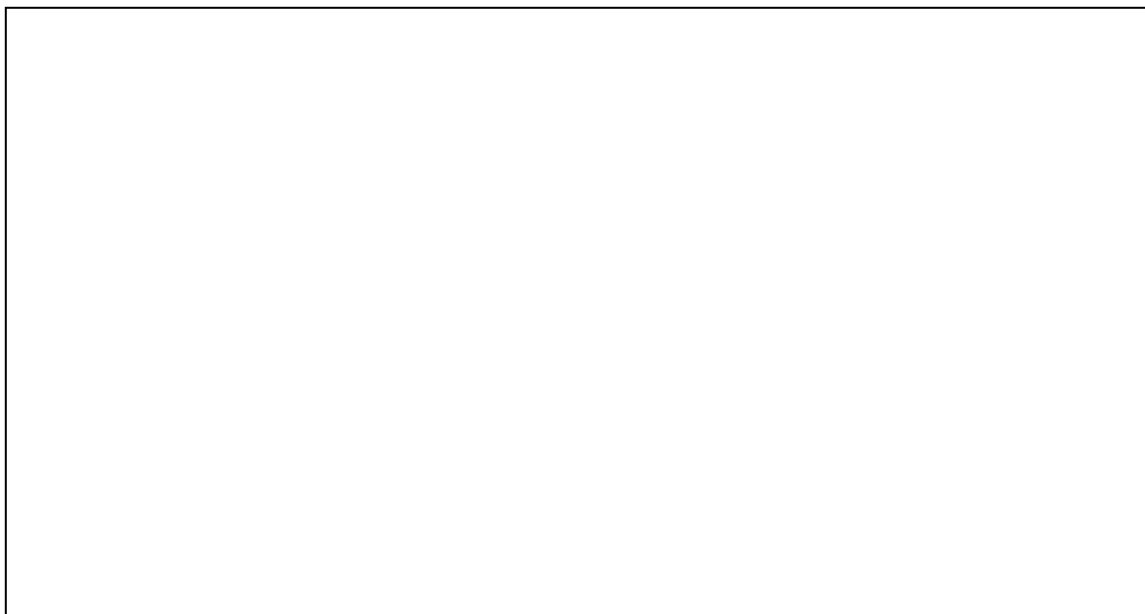
Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que é tratado de forma diferente no trabalho por ter uma deficiência? Ou que recebe menos por fazer o mesmo trabalho que colegas sem deficiência?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?
Quem pode ajudar?)



Participação na vida cultural, lazer e desporto



As pessoas com deficiência tem o direito a participar na vida cultural e nos desportos e lazer, como qualquer outra pessoa.

Exemplo:

A Berta está num Centro de Atividades Ocupacionais.

Os técnicos e monitores do Centro é que decidem que atividades de lazer se vão fazer.

A Berta e os colegas estão fartos de não poderem escolher o que querem fazer.

Muitas vezes perguntam-lhes o que querem fazer mas depois fazem outras coisas.

Isto deixa a Berta realmente furiosa.



A Berta gostava de sentir que tem mais controlo

sobre o que faz quando está no Centro de Atividades Ocupacionais.

Também fica confusa

quando lhe perguntam o que quer fazer e

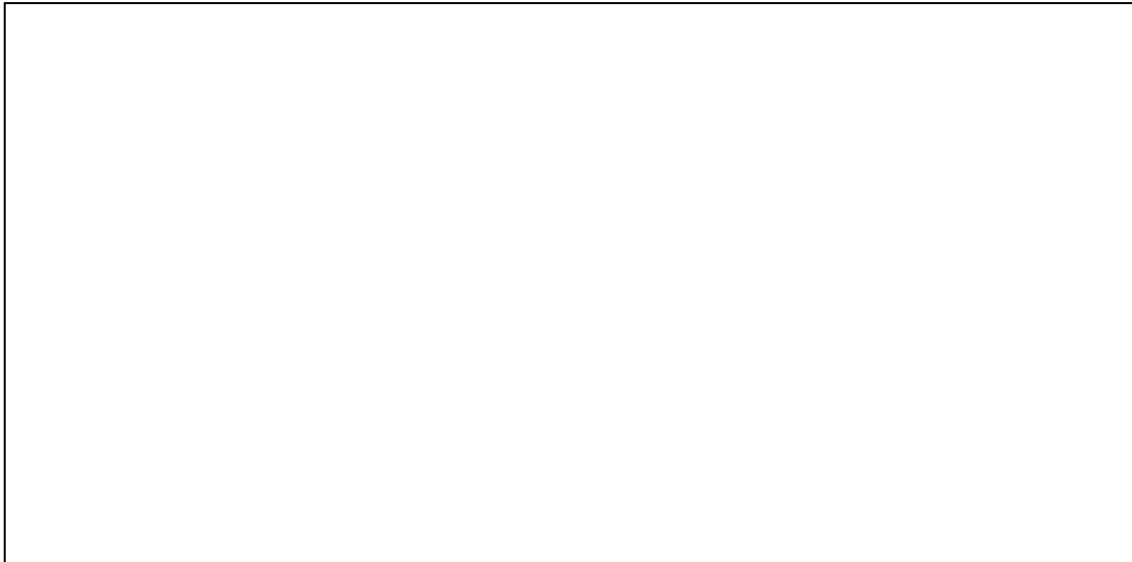
depois fazem outra coisa qualquer.

A Berta sente que não se preocupam com o que ela gosta de fazer.



Outros exemplos

(Alguma vez sentiu que não podia decidir o que fazer nos seus tempos livres? Ou que desporto gostava de fazer? Ou que os profissionais não queriam saber a sua opinião sobre as atividades que faziam?)



Reflexão

(Como acha que se ia sentir nessa situação? O que se pode fazer?
Quem pode ajudar?)



Palavras difíceis

(as palavras estão pela ordem em que aparecem no texto)

Cidadania – quando podemos exercer todos os direitos que estão na Constituição de um País. Existem vários direitos e deveres de cidadania. Por exemplo, votar é um direito e um dever de cidadania.

Inclusão social – é quando todos conseguimos participar na vida da sociedade, por exemplo, ir ao cinema ou ao teatro, frequentar a escola, etc.

Ratificou – confirmar, voltar a dizer uma coisa que já se disse. No caso da Convenção, significa que os direitos que estão na Convenção passam a ser direitos de todos os portugueses.

Torturadas – fazer alguém sofrer de propósito.

Integridade – estar inteiro. Sentir-se completo física e mentalmente.

Expondo – mostrar, tornar visível.

Interferências – meterem-se onde não é da sua competência, não deixar as pessoas decidir.

Aprofundar – querer saber mais



COM ESTE GUIA QUEREMOS QUE AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E
AS SUAS FAMÍLIAS CONHEÇAM OS SEUS DIREITOS E
SAIBAM O QUE FAZER PARA QUE ESTES SEJAM RESPEITADOS.