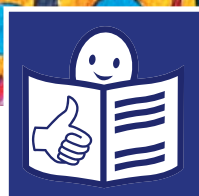


O que podemos fazer para lutar contra a discriminação?



Inclusion Europe



Informação

A Inclusion Europe e os seus 47 membros de 33 países lutam contra a discriminação:

- Alemanha
- Áustria
- Bélgica
- Bulgária
- Croácia
- Dinamarca
- Escócia
- Eslováquia
- Eslovénia
- Espanha
- Estónia
- Finlândia
- França
- Grécia
- Holanda
- Hungria
- Inglaterra
- Irlanda
- Islândia
- Israel
- Itália
- Lituânia
- Luxemburgo
- Macedónia
- Moldávia
- Noruega
- Polónia
- Portugal
- República Checa
- Roménia
- Rússia
- Suécia
- Suíça

Em Portugal os nossos membros são:

FENACERCI

Rua Augusto Macedo 2A
1600-794
Lisboa
Portugal
Tel.: +351-21-711 25 80

HUMANITAS

Pr de Londres 9-4
Esq - 1000-192
Lisboa
Portugal
Tel.: +351-21-845 35 10

Imagem da capa: "No Title", por Harald Rohrauer, Austria.

ISBN : 2-930078-98-7

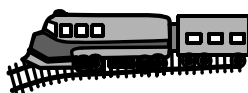
© Inclusion Europe 2003

© Símbolos: Widgit Software Ltd., and Mayer-Johnson Co.

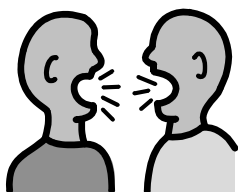
Esta publicação apresenta os pontos de vista da Inclusion Europe e não reflecte necessariamente a posição ou opinião da Comissão Europeia. A Comissão Europeia e a Inclusion Europe não são responsáveis pelo uso que possa ser feito da informação contida nesta publicação.

O que é a discriminação?

Queres fazer desporto num clube.
Mas o treinador não te aceita.
Ele diz que não és capaz de fazer
esse desporto.
Ele não te deixa mostrar as tuas
capacidades.



Queres comprar um bilhete de comboio.
Mas não compreendes como funciona
a máquina para tirar bilhetes.
Por isso não consegues comprar o bilhete.
Depois, podes ter que pagar uma multa.



Na escola, os outros alunos
chamam-te nomes.
Eles incomodam-te.
Dizes ao professor mas ele
não faz nada para te ajudar.

Estes são exemplos de discriminação.

**A discriminação acontece quando as pessoas são
mal tratadas por serem diferentes.**

Por exemplo, por terem uma deficiência.

A discriminação magoa profundamente.



O que podes fazer contra a discriminação

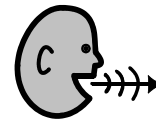
Todas as pessoas podem lutar contra a discriminação!

Tu também !



Aqui está o que tu podes fazer sozinho:

↳ Ajudar as pessoas que são mal tratadas por serem diferentes.



↳ Dizer às pessoas como é ter uma deficiência.



↳ Fazer amizades com pessoas diferentes.



↳ Tentar perceber as pessoas que são diferentes.

Mas podes fazer muito mais em conjunto!



Podes tentar encontrar outras pessoas que tenham os mesmos problemas. Depois podem fazer coisas em conjunto para parar a discriminação.

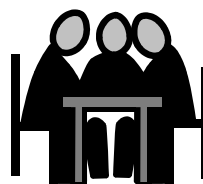
Isto é fazer campanha contra a discriminação.

Encontrar amigos

Juntos somos mais fortes!

As pessoas com deficiência intelectual devem reunir-se.

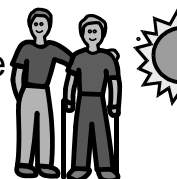
Há muitos grupos de auto-representantes. São grupos de pessoas com deficiência intelectual que falam por elas próprias. Podes juntar-te a elas.



Mas deves trabalhar com outras pessoas também. Elas podem ter os mesmos problemas que tu. Ou, podem ajudar-te a resolver problemas.

Chamam-se amigos ou aliados.

Pais, familiares, técnicos e organizações de pessoas com deficiência, são bons aliados.



Um exemplo:

Não te deixam frequentar a piscina local.

Podes encontrar outras pessoas com deficiência intelectual que tenham o mesmo problema.

Podes também falar com a tua família ou pessoa de apoio.

Juntos, podem fazer alguma coisa.



Saber o que queres

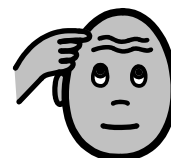
Antes de decidires fazer algo, é importante que compreendas o problema.

1. Primeiro, deves compreender quem causou o problema.
Às vezes, é mais do que uma pessoa.



Um exemplo:

Tens que pagar uma multa porque não compraste um bilhete de comboio. Pensa nisso. Quem é responsável? As pessoas responsáveis pela estação devem garantir que a informação é fácil de compreender.



2. Depois, deverás escrever onde e quando foste mal tratado.
Se possível, deverás ter uma prova do que te aconteceu.
Esta prova, podem ser simplesmente as pessoas que viram o que aconteceu.

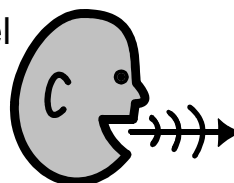


3. Também deves saber o que fazer para parar a discriminação.
Podes explicar como outras pessoas fizeram para pôr fim à discriminação.

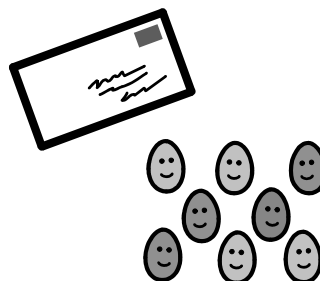


Saber o que fazer

Depois de saberes quem é o responsável pela discriminação, deves tentar mudar a maneira da pessoa pensar.

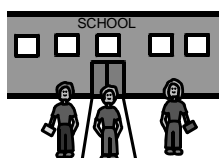


Podes encontrar essa pessoa ou escrever-lhe uma carta. Podes organizar uma reunião com muita gente para protestar, ou distribuir papéis com a explicação do problema.



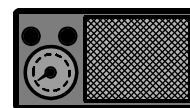
É importante que os teus amigos ou aliados apoiem a tua acção.

Um exemplo:



Para combater a discriminação na escola, podes tentar ter os professores como aliados. O director também pode estar do teu lado.

Os jornais, a rádio e a TV podem mudar a maneira de pensar das pessoas. Deves informar os jornais, a rádio e a TV acerca da tua campanha. Eles podem ser teus aliados e apoiar a tua campanha para mudar as coisas.



Organizar uma reunião

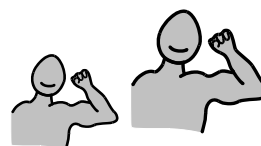
Antes de te reunires com alguém,
é importante tomar algumas decisões.

1. **Quem vai?**

Não vás sozinho.

Pensa que amigos ou
ou aliados te podem ajudar.

Lembra-te que juntos somos mais fortes.



2. **Quando** vais reunir com alguém?

Deves escolher uma boa hora para reunir.

Deves ter a certeza que vais
ter tempo suficiente.



3. **O que** vais dizer?

Deves ter a tua mensagem preparada
antes da reunião.

A mensagem deve ser clara.

Tens que explicar o problema.

Tens que dizer que coisas gostavas
de ver acontecer.

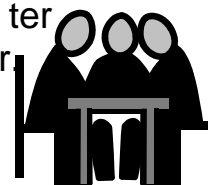
1	<input type="text"/>
2	<input type="text"/>
3	<input type="text"/>
4	<input type="text"/>
5	<input type="text"/>

4. O que queres que **essa pessoa faça?**

Cada pessoa tem responsabilidades diferentes.

Antes de reunires com alguém deves ter
a certeza do que a pessoa pode fazer.

Deves ter a certeza acerca do que
estás a pedir à pessoa que faça.



Depois da reunião

Depois da reunião, deves mandar uma carta à pessoa com que reuniste.

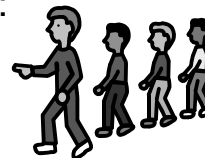
Podes agradecer a reunião à pessoa.

Também vais lembrá-la para manter as promessas.



Também podes decidir fazer outras acções:

- Podes organizar uma demonstração ou um encontro com muitas pessoas para manifestarem as queixas.



- Podes decidir falar com políticos ou outras pessoas importantes que tomem decisões.



- Podes também decidir falar com a rádio ou jornal locais.



Depois da acção deves falar sobre o que aconteceu.

Deves ver o que correu bem e o que correu mal.

Conseguiste aquilo que querias?

As pessoas fizeram aquilo prometeram?

O problema foi resolvido?

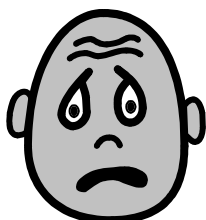


Se o problema não foi resolvido, podes ter que organizar outra acção.

É importante se persistente.

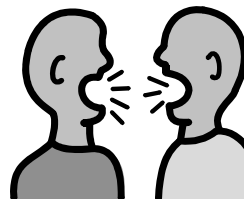
Um Exemplo: Como organizar uma acção

A Maria está a trabalhar na limpeza numa empresa.
Ela gosta do seu trabalho e as pessoas gostam dela.



Mas, há um lugar na empresa onde ela não gosta de ir.
Lá, dois homens chamam-lhe nomes.
Eles gozam com ela.
Ela sente-se mal, mas não se atreve a dizer nada.

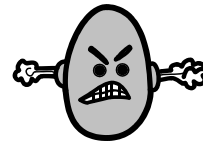
Uma vez, ela falou com as colegas da sua equipa de limpeza.
A Yasmina e a Aïsha disseram-lhe que têm o mesmo problema.
Elas vieram de um País Árabe e não falam português.
Elas também são ofendidas.



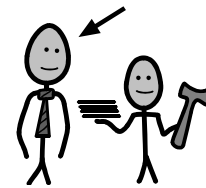
Juntas, elas decidiram falar com os homens que as ofendiam.
Uma manhã, as três foram ao escritório falar com os dois homens.
Pediram-lhes que parassem com as ofensas.

Mas, os homens não lhes deram ouvidos.
Eles continuaram com as piadas.

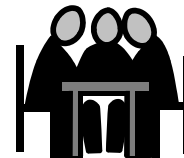
A Maria e as amigas sentiram-se muito mal depois da discussão. Os dois homens decidiram não as levar a sério.



A Maria e as amigas decidiram fazer outra acção. Elas explicaram a situação ao chefe da equipa de limpeza. Ele quis ajudá-las. Juntos, escreveram uma carta ao director da empresa. Eles explicaram o problema e pediram uma reunião.

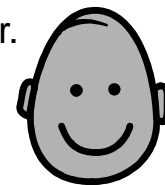


O director concordou com eles. A Maria e os amigos prepararam-se para a reunião. Eles decidiram que a Maria devia ir com a Yasmina e o chefe da equipa de limpeza. Eles decidiram que a Maria devia explicar o problema. A Yasmina devia depois pedir ao director para reunir com eles e os dois homens.



O director ouviu a Maria e a Yasmina. Ele organizou a reunião uma semana depois. Pediu aos 2 homens para pararem as ofensas.

Depois da reunião, a Maria, a Aïsha e a Yasmina sentiram-se muito melhor. Elas conseguiram falar. Agora, os dois homens já não as tratam mal.



Inclusion Europe

A Associação Europeia de Organizações de Pessoas com Deficiência Intelectual e das suas Famílias

A Inclusion Europe representa as pessoas com deficiência intelectual e as suas famílias. São nossos membros organizações de pais e de auto-representantes de 33 países da Europa.

A Inclusion Europe trabalha com a Comissão Europeia e com o Parlamento Europeu. Informamo-los sobre as exigências dos nossos membros.

A Inclusion Europe trabalha em 3 grandes áreas:

1. A luta contra a discriminação
2. Direitos Humanos para as pessoas com deficiência intelectual
3. A inclusão de todos na sociedade

A Inclusion Europe publica muitos documentos e organiza muitas conferências na Europa. Trabalhamos em conjunto com todos os nossos membros.



Com o apoio
da Comissão
Europeia



Inclusion Europe

Galleries de la Toison d'Or
29 Chaussée d'Ixelles #393/32
B-1050 Brussels
Tel. : +32-2-502 28 15
Fax : +32-2-502 80 10
secretariat@inclusion-europe.org
www.inclusion-europe.org

ISBN 2-930078-98-7

PT