

# Orientações Práticas

para uma inclusão mais adequada!!



# Comunicação Acessível

Uma comunicação acessível é clara, respeitosa e compreensível para todos, independentemente de sua condição física, sensorial ou cognitiva.

## Dicas práticas:

- ✓ Fale de forma pausada e articulada, olhando para a pessoa (não para o intérprete ou acompanhante).
- ✓ Evite jargões, termos técnicos ou linguagem rebuscada. Prefira **linguagem simples e direta**.
- ✓ Use **recursos visuais complementares** ao oral: cartazes, pictogramas, imagens, legendas e gestos de apoio.
- ✓ Ao falar com uma pessoa surda que usa Libras, priorize o uso de um **intérprete**. Se não houver, use papel e caneta ou o celular para escrever.
- ✓ Nunca fale no lugar da pessoa com deficiência (exceto quando solicitado por ela).

# Adaptação de Materiais Visuais e Audiovisuais

Materiais visuais e audiovisuais devem ser pensados para garantir acesso a todos, inclusive pessoas com surdez, cegueira, baixa visão ou deficiência intelectual.

## Dicas práticas:

- ✓ Use **contraste de cores** (ex: fundo escuro com texto claro) e **fonte grande** (mínimo 18 pt em apresentações).
- ✓ Evite excesso de texto e elementos visuais poluídos.
- ✓ Use **descrição verbal** de gráficos, tabelas e imagens importantes.
- ✓ Sempre que possível, **inclua legenda nos vídeos**. Se possível, utilize vídeos com Libras.
- ✓ Para conteúdos em slides, forneça também uma **versão em PDF ou impresso** com descrição das imagens.
- ✓ Para crianças e pessoas com deficiência intelectual, **utilize imagens simples, ícones, emojis ou pictogramas**.

# Acessibilidade Física do Espaço

Um espaço acessível é aquele que permite que todos circulem, participem e se sintam acolhidos.

## Dicas práticas:

- ✓ Sempre que possível, **escolha locais planos**, com entrada acessível para cadeirantes e pessoas com mobilidade reduzida.
- ✓ Evite locais com degraus sem rampa, passagens estreitas ou barreiras como tapetes escorregadios.
- ✓ Disponibilize **cadeiras para descanso**, especialmente para idosos ou pessoas com dificuldades físicas.
- ✓ Mantenha corredores livres de obstáculos e fios.
- ✓ Sinalize os espaços com **cartazes ou plaquinhas visíveis**, usando ícones universais (banheiro, entrada, saída, água, etc.).
- ✓ Se for necessário subir escadas, **verifique se há alternativas** ou ofereça suporte.

# Atitudes e Linguagem Inclusiva

A inclusão começa com o respeito à dignidade e à individualidade de cada pessoa.

## Dicas práticas:

✓ **Trate a pessoa pelo nome**, e não pela deficiência (diga "a Maria", e não "a cadeirante").

✓ Nunca infantilize adultos com deficiência - trate com respeito e equidade.

✓ Evite expressões capacitistas como: "sofre de...", "é preso(a) numa cadeira de rodas", "tem problema mental", "surdo-mudo".

Prefira: "pessoa com deficiência física", "pessoa com autismo", "pessoa surda".

✓ Pergunte **antes de ajudar**: "Posso te ajudar?" e respeite a resposta.

✓ Valorize a **autonomia** das pessoas com deficiência - incentive, não substitua.

✓ Esteja aberto a **aprender com o outro** e reconheça seus limites com humildade.