



# ELIMINAR BARREIRAS MUDAR ATITUDES

Guia de Atendimento e Promoção da Participação da  
Pessoa com Paralisia Cerebral

Projeto Cofinanciado pelo Programa de  
Financiamento a Projetos pelo INR, L.P.



**INR** instituto nacional para a  
reabilitação

Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, L.P.



**APPC**  
associação do porto  
de paralisia cerebral





Eliminar barreiras e mudar atitudes são ações importantíssimas para uma sociedade mais inclusiva. Todos devemos (e podemos) ser agentes de inclusão nos nossos círculos sociais e profissionais.

### **Alguns aspetos que vão ajudar no atendimento da pessoa com deficiência:**

- » Fale sempre diretamente para a pessoa com deficiência – em vez de se dirigir ao seu acompanhante, como se ela não estivesse presente.
- » Quando falar com uma pessoa numa cadeira de rodas, pegue numa cadeira e sente-se ao seu nível. Se tal não for possível mantenha uma certa distância para que consiga manter contacto ocular consigo, sem causar um esforço acrescido.
- » Quando sentir dificuldade em perceber o que alguém lhe está a dizer (devido a alterações de articulação das palavras), peça para repetir e vá dizendo o que está a perceber para evitar mal-entendidos e dar motivação à pessoa para continuar.
- » Ofereça ajuda apenas se a pessoa precisar e se quiser ajudar pergunte como, antes de agir.





- » Não toque ou se debruce sobre uma cadeira de rodas se não for necessário ou se a pessoa não consentir.
- » Não julgue a pessoa pela sua aparência e não a prive de participar em qualquer atividade, presumindo que não é capaz.
- » Respeite as escolhas da pessoa com deficiência.
- » Não infantilize a pessoa por ter deficiência intelectual utilizando diminutivos. Fale com ela de forma clara, usando frases curtas e palavras simples.
- » Dê prioridade nos diferentes serviços e comércio.
- » Dê tempo para que a pessoa possa concluir as suas tarefas.
- » Se for necessário ajudar alguém com deficiência visual, ela será a melhor pessoa para orientá-lo da ajuda que necessita. Alerta sempre a pessoa para todos os obstáculos – quer estejam no chão, nas paredes ou pendurados no teto.
- » No caso de alguém estar acompanhado de um cão de assistência, lembre-se que o mesmo está a prestar um serviço – não devendo ser distraído.
- » Evite estar de lado e ou de costas para uma pessoa surda ou com deficiência auditiva. Se a pessoa com deficiência auditiva conta com a leitura labial para o perceber, fale pausadamente sempre de frente para a mesma. A informação escrita poderá ajudar.



## Alguns aspetos que vão ajudar na mobilidade da pessoa com deficiência:

- » Não estacione em cima dos passeios nem no lugar reservado a pessoas com deficiência.
- » Mantenha as rampas e as portas adaptadas destrancadas e desbloqueadas – se gosta da sua independência, as pessoas com deficiência também.
- » Se o seu serviço tiver mais do que um caminho para chegar ao mesmo local, garanta que está devidamente sinalizado aquele que tem menos barreiras para uma cadeira de rodas.
- » Deixe espaço nos corredores para a circulação de uma cadeira de rodas.
- » Se o balcão do seu local de atendimento for muito alto para uma pessoa que utiliza cadeira de rodas, dê a volta ao balcão para prestar o seu serviço e facilitar a comunicação.



No Código QR (QR Code) abaixo pode encontrar legislação, vídeos, ligações de Internet, guias e documentos para consulta.



[www.appc.pt](http://www.appc.pt)  