



Autorrepresentação e Autonomia

Plataforma Nacional de Autorrepresentantes

Carla Sofia Rodrigues e João Pereira

Bom dia!!!

Somos membros do Grupo Dinamizador
da Plataforma Nacional de
Autorrepresentantes



A Plataforma Nacional
de Autorrepresentantes
existe desde
dezembro de 2015

[http://plataforma-
autorrepresentantes.pt/](http://plataforma-autorrepresentantes.pt/)



PNAR

Plataforma Nacional
de Autorrepresentantes

Somos já 16 grupos de
autorrepresentantes

Representamos mais de **270**
autorrepresentantes



E o que pensamos sobre
a autonomia?



Autonomia = Fazer e decidir sozinho

A Convenção das Nações Unidas diz que as pessoas são livres para fazerem as suas próprias escolhas

Versão em Leitura Fácil

A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

Agora fácil de ler e de entender!

Artigo 19

Direito a viver independente e a estar incluído na comunidade



Artigo 20

Movimentar-se com
autonomia





Isto quer dizer fazer tudo sozinhos????

Nãoo!!!

Todos precisamos de ajuda às vezes e para algumas coisas!

Quem nos pode ajudar?

As nossas famílias

Os nossos amigos

Os profissionais

Os políticos e governantes

Nós próprios



Famílias

Quando nos mostram o que podemos fazer

Quando nos deixam errar

Quando nos deixam crescer

Quando nos apoiam se precisarmos

Quando nos amam



Amigos

Quando nos dizem o que pensam

Quando nos tratam como iguais

Quando não têm vergonha de nós

Quando se riem connosco e não de nós



Profissionais

Quando “puxam” por nós

Quando acreditam em nós

Quando não nos tratam como crianças

Quando nos “mostram” à comunidade

Quando nos deixam errar



Políticos

Quando olham para nós
como cidadãos e cidadãs
como todos os outros

Quando nos reconhecem os
direitos

Quando fazem leis e políticas que
respeitam os nossos direitos

Quando reconhecem o nosso valor



E nós????

Quando exercemos a cidadania

Quando sabemos pedir ajuda

Quando aceitamos responsabilidades

Quando acreditamos que é possível



Todos temos de trabalhar
para que as pessoas com deficiência
possam viver de forma mais **autónoma**

Ainda há muito para fazer,
mas passo a passo vamos conseguir!

Obrigada!



PNDAR

Plataforma Nacional
de Autorrepresentantes