



CAPACITAR  
para a CIDADANIA

MÓDULO

8

# “Ser autorrepresentante”

Autorrepresentação e cidadania



FENACERCI



INR Instituto Nacional para a  
reabilitação

Av. da República, 100 - 1.º andar - 1700-001 - Vila Rica - SP  
Instituto Nacional para a Reabilitação, INR

# Hoje vamos falar sobre...

- Da exclusão à autorrepresentação – dar voz!
- Cidadania e autorrepresentação
- Liderança e autorrepresentação

# Da exclusão à Autorrepresentação

- Que caminho foi preciso fazer?
- O que foi preciso mudar?
- Que valores e princípios são importantes?

# Como atua um Autorrepresentante?

- Como se comporta?
- Como trata as outras pessoas?
- Que tipo de comunicação usa?



# Exercício 1



# Como atua um Autorrepresentante?

- Divida o grupo em grupos de 3 a 4 pessoas
- Cada grupo pensa numa situação problema (não dando a solução)
- Cada grupo representa a situação
- Em grupo alargado, devem discutir as situações apresentadas e como atuaria um autorrepresentante

# O Meu papel como cidadão/cidadã



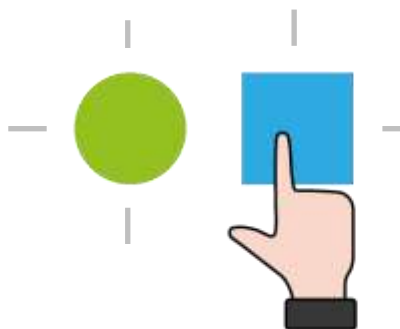
Estar informado



Decido



Sou responsável



Escolho

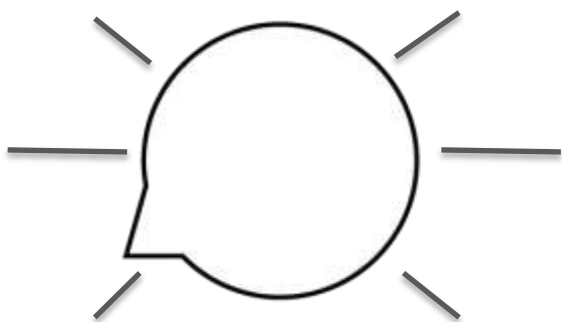


Digo “Não” quando é preciso



Peço ajuda quando preciso

# O Meu papel como cidadão/cidadã



Participo



Luto pelo acesso  
à educação



Luto pelo acesso ao  
trabalho



Faço a gestão  
do meu dinheiro



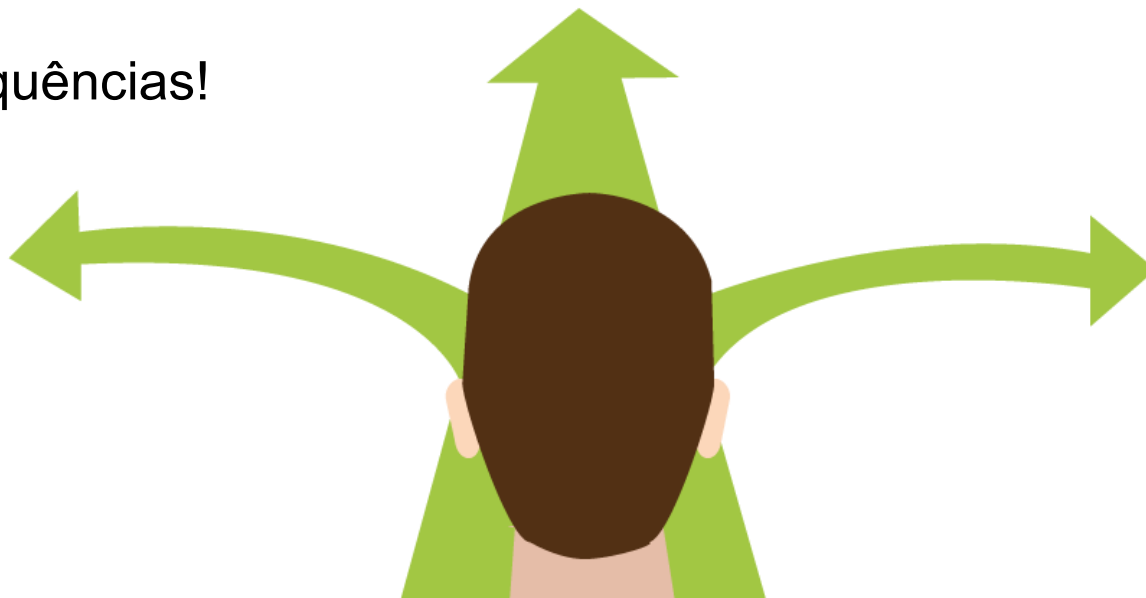
Luto pelo direito  
à vida familiar e privada



# Eu escolho!

## Do que precisamos para poder escolher?

- Conhecer todas as possibilidades – conhecimento
- Não decidir à pressa – cada pessoa tem o seu tempo
- Confiar nas nossas escolhas – acreditar
- ... Conhecer as consequências!



# Exercício 2



# Eu escolho!

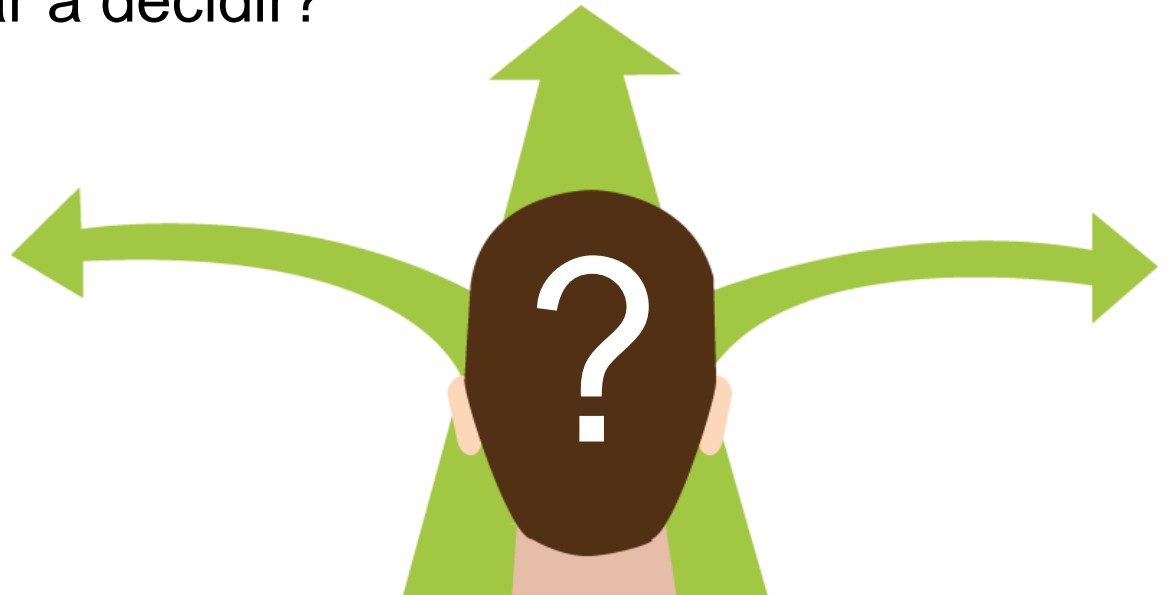
- Em grupos de 3 a 4 pessoas escolham um local para passar férias.
- Façam uma lista de todos os passos até decidirem e acordarem num local.
- Em grupo alargado partilhem os passos necessários até à escolha.
- Respondam à seguinte questão:  
O que pode acontecer se não seguirem os passos identificados?

# Eu decido!

Qual a diferença entre escolher e decidir?

O que precisamos de saber para decidir?

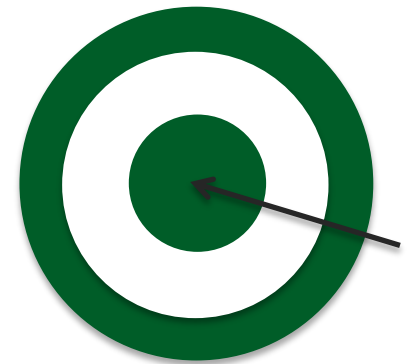
Quem me pode ajudar a decidir?



# Como planeio a minha vida

Para planejar a minha vida tenho de:

1. Definir objetivos
2. Fazer planos para atingir os objetivos
3. Por em prática os planos
4. Avaliar se atingi ou não os objetivos
5. Fazer novos planos se for preciso e voltar aos passos 3 e 4



# Exercício 3



# Como planeio a minha vida

Quando fazemos planos para nós ou para um grupo seguimos sempre os mesmos passos.

Mas existem diferenças.

Peça aos participantes que falem sobre essas diferenças.

Faça uma lista do que é dito no flipchart.

Peça aos participantes que ordenem a lista, por ordem de importância, do mais importante para o menos importante.

# Liderar

Quando fazemos planos para nós ou para um grupo seguimos sempre os mesmos passos.

Mas existem diferenças.

Peça aos participantes que falem sobre essas diferenças.

Faça uma lista do que é dito no flipchart.

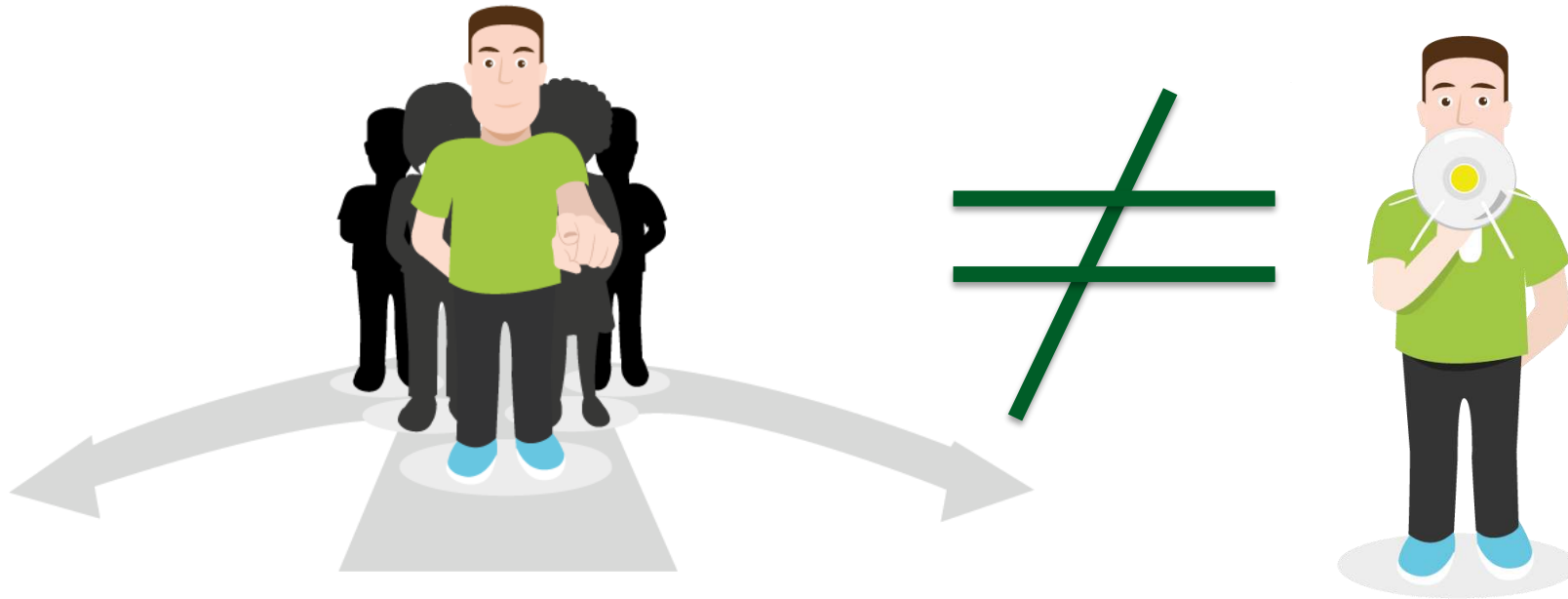
Peça aos participantes que ordenem a lista, por ordem de importância, do mais importante para o menos importante.





# Autorrepresentação e Liderança

Todos os autorrepresentantes são líderes?



Não, posso ser autorrepresentante e não ser líder.  
Mas não posso ser um líder se não for um autorrepresentante.



• Sou um  
autorrepresentante!

O conteúdo deste documento é da exclusiva responsabilidade e autoria da FENACERCI, não refletindo necessariamente os pontos de vista ou opiniões do INR, I.P.

Desenvolvimento e redação de conteúdos: FENACERCI, CECD, CERCICA, CERCILISBOA  
Layout e imagens: Núria Murilhas

©FENACERCI, FCRL 2014

Documento desenvolvido no âmbito do projeto Capacitar para a Cidadania, cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR , I.P.

