

## **Mude. Faça de outro jeito!**

### **Deficiência Física**

- Esteja atento para a existência de barreiras arquitetônicas quando for escolher local que queira visitar com uma pessoa com deficiência física.
- Se a pessoa tiver dificuldade na fala e você não compreender imediatamente o que ela está dizendo, peça para que repita. Pessoas com dificuldades desse tipo não se incomodam de repetir quantas vezes seja necessário para que se façam entender.
- Quando for movimentar a cadeira de rodas, peça permissão para a pessoa que a utiliza.
- Quando estiver empurrando uma pessoa sentada numa cadeira de rodas e quiser parar para conversar com alguém, lembre-se de virar a cadeira de frente, para que a pessoa também possa participar da conversa.
- Para uma pessoa sentada em cadeira de rodas, é incômodo ficar olhando para cima por muito tempo. Portanto, se a conversa for demorar mais do que alguns minutos, sente-se para que você e ela fiquem com os olhos no mesmo nível.
- A cadeira de rodas (assim como as bengalas e muletas) é parte do espaço corporal da pessoa. Apoiar-se nesses equipamentos não é como se encostar em uma cadeira comum.
- Para subir degraus, incline a cadeira para trás, levante as rodinhas da frente e as apóie sobre o degrau. Para descer um degrau, é mais seguro fazê-lo de marcha a ré, sempre apoiando a cadeira, para que a descida seja sem solavancos. Para subir ou descer mais de um degrau em seqüência, será melhor pedir a ajuda de outra pessoa.
- Pessoas com paralisia cerebral podem ter dificuldades para andar, fazer movimentos involuntários com pernas e braços e podem fazer expressões estranhas com o rosto. Não se intimide com isso, pois elas simplesmente não conseguem controlar seus movimentos. Seja receptivo, pois muitas vezes estas pessoas são tímidas e reservadas por compreenderem que suas limitações causam constrangimentos.
- Quando apontar algo para uma pessoa em cadeira de rodas, lembre-se que uma pessoa sentada tem um ângulo de visão diferente. Se quiser mostrar-lhe qualquer coisa, abaixe-se para que ela efetivamente a veja.

## **Mude. Faça de outro jeito!**

### **Deficiência Auditiva**

- Não é correto dizer que alguém é surdo-mudo. Muitas pessoas surdas não falam porque não aprenderam a falar. Muitas fazem a leitura labial.
- Quando quiser se comunicar com uma pessoa surda, se ela não estiver prestando atenção em você, acene para ela ou toque em seu braço levemente.
- Quando estiver conversando com uma pessoa surda que pratique a leitura labial, fale de maneira clara, pronunciando bem as palavras. Use a sua velocidade normal, a não ser que lhe peçam para falar mais devagar.
- Se você souber LIBRAS, use esta língua. Se a pessoa surda tiver dificuldade em entender, avisará.
- Enquanto estiver conversando, mantenha sempre contato visual, se você desviar o olhar, a pessoa surda pode achar que a conversa terminou.
- Nem sempre a pessoa surda tem uma boa dicção. Se tiver dificuldade para compreender o que ela está dizendo, não se acanhe em pedir para que repita. Geralmente, as pessoas surdas não se incomodam de repetir para que sejam entendidas. Assim, você estará realmente se comunicando com ela.
- Se for necessário, comunique-se através de bilhetes. O importante é se comunicar, seja qual for o método.
- Quando a pessoa surda estiver acompanhada de um intérprete, dirija-se a ela, não ao seu intérprete supondo que ela não possa entendê-lo.

## Mude. Faça de outro jeito!

### Deficiência Visual

- Use seu tom de voz natural para falar com a pessoa cega. O fato de não ver não significa que ela não ouça bem.
- Exclamar “maravilhoso”... “extraordinário”... ao ver a pessoa cega consultar um relógio especial, discar o telefone ou assinar o nome pode fazer parecer que você subestima seu potencial.
- Não é necessário modificar o seu vocabulário para evitar usar a palavra ver e substituí-la por ouvir. Conversando sobre a cegueira com quem não vê, a palavra “cego” pode ser usada sem rodeios.
- Aceite a ajuda de uma pessoa cega sem constrangimento. As pessoas têm habilidades diferentes e você pode admitir colaboração ou aceitar gentilezas por parte de alguma pessoa cega normalmente.
- Para guiar uma pessoa cega, basta deixá-la segurar seu braço e o movimento de seu corpo lhe dará a orientação de que precisa. Não esqueça de perguntar primeiro se ela precisa da sua ajuda.
- Não pegue a pessoa cega pelos braços, rodando com ela para colocá-la na posição de sentar-se, empurrando-a depois para a cadeira. Basta levar sua mão ao espaldar ou ao braço da cadeira, que isso lhe indicará sua posição.
- Lembre de se anunciar ao entrar no recinto onde haja pessoas cegas, pois isso auxilia a sua identificação.
- Quando estiver com uma pessoa cega, avise quando for sair, principalmente se houver algo que a impeça de perceber seu afastamento. Ela pode dirigir-lhe a palavra e ver-se na situação desagradável de falar sozinha.
- Evite iniciar uma conversa com uma pessoa cega perguntando-lhe: “Sabe quem sou eu?”... “Veja se adivinha quem sou?”. Seja cortez e identifique-se ao chegar.
- Se você perceber qualquer incorreção no seu vestuário, não se constranja em alertar a pessoa cega.
- Ao conduzir uma pessoa cega a um ambiente que lhe é desconhecido, oriente-a de modo que possa locomover-se sozinha posteriormente. De detalhes sobre o espaço que estão e sobre o que está acontecendo para que a pessoa cega possa aproveitar a vivência da situação.

## **Mude. Faça de outro jeito!**

### **Deficiência Mental**

- Procure agir naturalmente para relacionar-se com uma pessoa com deficiência mental;
- Trate-a com respeito e de acordo com sua idade, sem infantilizar o tratamento com os adultos;
- Cumprimente e despeça-se dela normalmente, como faria com qualquer pessoa;
- Deixe que ela faça ou tente fazer sozinha tudo o que puder. Ajude apenas quando for realmente necessário;
- Não subestime sua inteligência. As pessoas com deficiência mental levam mais tempo para aprender, mas podem adquirir muitas habilidades intelectuais e sociais.
- Não fique checando o tempo todo se a pessoa com deficiência mental está dizendo a verdade. Isto causa muita insegurança e afeta sua auto-estima.
- Nas situações de convivência, disponibilize muitas informações, descreva detalhes, questione e problematize para facilitar as relações das pessoas com deficiência mental com as outras e o meio.