

COMO CONSTRUIR MELHOR

DECÁLOGO PARA CRIAR UM ESPAÇO SEGURO

LGBTI+



#CONSTRUIMOSMELHOR

O QUE É A COMUNIDADE LGBTI+?

Uma comunidade que engloba as pessoas **lésbicas, gays, bissexuais, transexuais e intersexuais**. Para além disso, **o símbolo +** que se coloca no final representa outras comunidades que não têm representação nestas siglas.

POR QUE FALAMOS DE CONSTRUIR MELHOR?

42%
DAS PESSOAS LGBTI+
SOFERAM ALGUM TIPO DE VIOLÊNCIA VERBAL
NO TRABALHO.



**55% DAS PESSOAS
QUE SOFRERAM
ALGUMA AGRESSÃO**
ARMA QUE NINGUÉM AGIU
EM SEU FAVOR.

28% RECONHECE TER SOFRIDO PIADAS;

25% TER SOFRIDO COMENTÁRIOS DE CARÁTER DEPRECIATIVO
OU PROVOCAÇÕES.



40% DAS PESSOAS TRANS

FORAM REJEITADAS EM ENTREVISTAS DE EMPREGO
POR SEREM TRANS.

86% CONSIDERA NECESSÁRIO OCULTAR

A SUA ORIENTAÇÃO AFETIVO-SEXUAL.



3 EM CADA 4 PESSOAS TIVERAM MEDO

AO REVELAR A SUA ORIENTAÇÃO AFETIVO-SEXUAL
NO TRABALHO.

AS PESSOAS QUE SE DENOMINAM COMO BISSEXUAIS, NA SUA MAIORIA
MULHERES, APRESENTAM OS MENORES NÍVEIS DE VISIBILIDADE:

APENAS 15% PARTILHA A SUA ORIENTAÇÃO AFETIVO-SEXUAL EM CONTEXTO PROFISSIONAL.

69,31% DAS PESSOAS HETEROSSEXUAIS ENTREVISTADAS

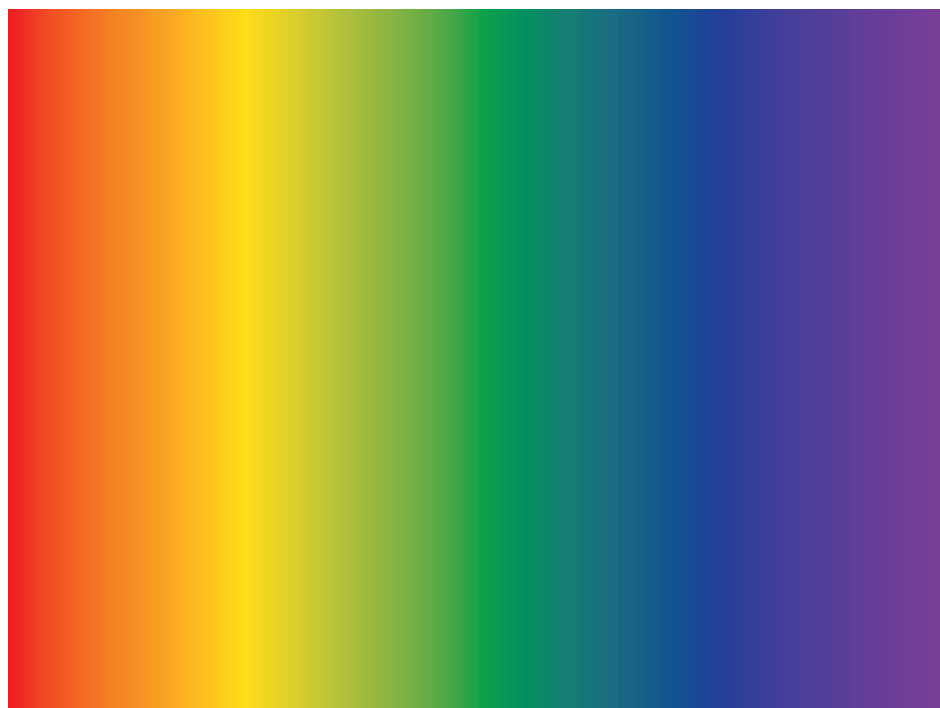
PENSA QUE AS PESSOAS LGBTI+ NÃO TÊM
AS MESMAS OPORTUNIDADES.



A PERCENTAGEM DE PESSOAS LGBTI+ ASSUMIDAS NAS EMPRESAS

QUE CONTAM COM PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE DIVERSIDADE É DE 53%,
FACE A 36% NAS EMPRESAS QUE NÃO TÊM ESTES PROGRAMAS.

DECÁLOGO PARA CONSTRUIR MELHOR

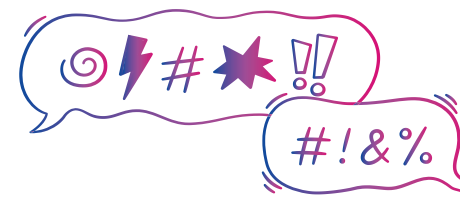


1

A

NORMATIVIDADE NÃO É "O NORMAL"

Evite tomar como certa a orientação sexual dos seus colegas. Não pergunte a um colega de trabalho se tem namorada, ou a uma colega o que fez com o seu namorado durante o fim-de-semana. Ao utilizar palavras ou expressões inclusivas, como a pessoa com quem namoras, vai evitar que essa pessoa se sinta incômoda e vai estar a criar um espaço seguro e de confiança.



2

RENOVE EXPRESSÕES

A linguagem é uma parte fundamental da inclusão! Não use palavras ou expressões como "maricas", "fufa", "traveca", "bicha", "afeminado", "flor de estufa", entre muitas outras. Obviamente, também não utilize a orientação sexual das pessoas como um insulto ou de forma pejorativa, ex.: gay, lésbica.



3

O RESPEITO À PRIVACIDADE



Por vezes, a curiosidade pode-nos pregar partidas, sendo que o respeito deve estar sempre primeiro. Não há motivo para perguntar a uma lésbica como são as relações sexuais com a sua parceira. Ou quando se assumiu. Ou a uma pessoa gay quem é o homem e quem é a mulher da relação... No caso das pessoas transsexuais, não lhes pergunte qual era o seu nome anterior ou se se submeteu a alguma cirurgia. Não é da sua conta!

4 DESMONTE ESTEREÓTIPOS

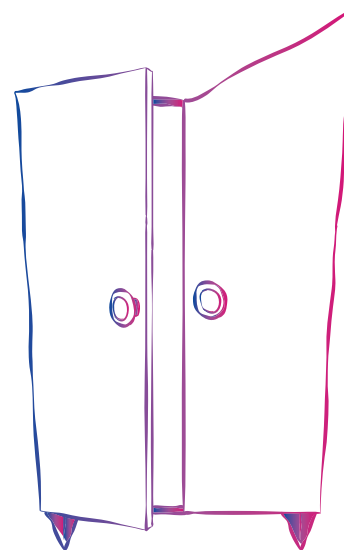
Chegou o momento de derrubar todos os preconceitos e estereótipos que se foram construindo: nem todas as mulheres usam cabelo comprido e sabem cozinhar, nem todos os homens são fortes e com jeito para a bricolagem. Da mesma forma, nem todas as pessoas gay estão interessadas em moda, nem as lésbicas são mais "masculinas" que as mulheres heterossexuais, ou as bissexuais são promíscuas. Cada pessoa é diferente!

5 DIGA NÃO À LGBTIFOBIA

Para se construir um espaço seguro, não só é necessário alterar certos costumes, como é preciso que sejamos uma parte ativa. Se presenciar um ato homofóbico contra um@ colega de trabalho, o silêncio é cúmplice. Não hesite em posicionar-se e assinalar a agressão, seja de que tipo for. As pessoas que não fazem parte da comunidade LGBTI+ são necessárias para Construir Melhor.

6

O ARMÁRIO DE CADA UMX A SEU TEMPO



Partilhar com outras pessoas a nossa orientação afetivo-sexual ou a nossa vida privada é uma escolha que deve ser respeitada. Por isso, mesmo quando há boas intenções, não é correto partilhar a orientação sexual dxs teus colegas à frente dos outros. Essa decisão é pessoal.

7

PODE SER A MUDANÇA



Pergunte na sua empresa se têm um protocolo ou medidas pensadas para a integração e a igualdade, de forma a poder conhecer os procedimentos no seu ambiente profissional. Se não têm nenhum tipo de medida similar, tome a iniciativa! De certeza que as suas ideias serão mais do que bem-vindas.



9

DIFERENTES IDENTIDADES DE GÉNERO

O uso de pronomes adequados é outra forma de mostrar o teu apoio e criar espaços seguros. Respeite os pronomes dos seus colegas trans ou não binários e, se não tem a certeza qual utilizar, pergunte!

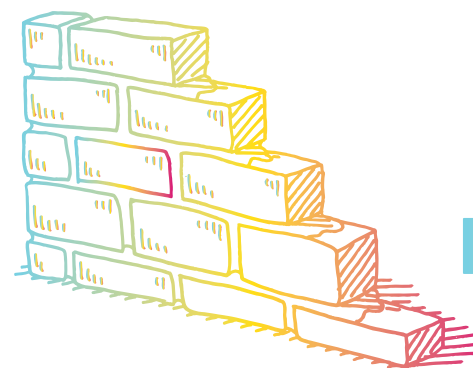
8

TODXS SOMOS DIFERENTES

É importante dar visibilidade a todas as pessoas sub-representadas, também dentro da comunidade LGTBI+: pessoas idosas, mulheres ou pessoas racializadas, por exemplo. Além disso, compreender que a sigla LGTBI+ não fala apenas de orientação afetivo-sexual, mas também engloba diferentes identidades e expressões de género.



#CONSTRUIMOSMELHOR



10

EM CONSTANTE CONSTRUÇÃO

Criar espaços seguros significa tornar-se em aliadxs e ser consciente de que, mesmo com boas intenções, haverá momentos em que os preconceitos, a homofobia ou a transfobia virão ao de cima. Se queremos construir melhor, temos de fazê-lo todos os dias, continuar a aprender e a rever todos aqueles comportamentos e crenças adquiridas ao longo dos anos. Oxalá este decálogo seja só o princípio do seu caminho. Juntxs vamos fazer do mundo da bricolagem e da construção um lugar mais inclusivo.

QUER JUNTAR-SE A #CONSTRUIMOSMELHOR?



Faça scan deste código e descarregue o sinal de espaço seguro para
mostrar o seu compromisso no seu local de trabalho.



Em colaboração

