

G

GUIA

/
PARA
INTERVENIENTES NA
AÇÃO COMUNITÁRIA
E NA COMUNIDADE
ESCOLAR SOBRE
ORIENTAÇÃO SEXUAL
E IDENTIDADE
DE GÉNERO



**AMPLIANDO
FAMÍLIAS**

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu
Iniciativa Emprego Jovem



Ficha técnica

Título

GUIA PARA INTERVENIENTES NA AÇÃO COMUNITÁRIA E NA COMUNIDADE ESCOLAR
SOBRE ORIENTAÇÃO SEXUAL E IDENTIDADE DE GÉNERO

Entidade promotora

AMPLOS – Associação de Mães e Pais
pela Liberdade de Orientação Sexual
e Identidade de Género

Autoria

Ana Silva

Revisão científica

Sandra Palma Saleiro

Revisão de conteúdos

Fernanda Ferreira, Herminia Prata,
Jorge Gato, Manuela Ferreira

Revisão de texto

Manuel Coelho

Capa e Execução gráfica

NO FRAME - Creative Studio

Impressão e acabamentos

Loures Gráfica

Depósito legal

491761/21

Projeto Ampliando Famílias

Coordenadora técnica

Ana Silva

Consultora científica

Sandra Palma Saleiro

Técnica administrativa

Sara Antunes

Direitos de autor:

AMPLOS – Associação de Mães e Pais
pela Liberdade de Orientação Sexual
e Identidade de Género

1ª Edição - Outubro de 2021

Cofinanciado por:



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu
Iniciativa Emprego Jovem

ÍNDICE

	P.
INTRODUÇÃO	9
A quem se destina este guia?	11
Como pode ser utilizado?	11
AMPLIANDO CONHECIMENTO - PERGUNTAS FREQUENTES	13
LGBT+ – O que quer dizer esta sigla?	14
Identidade de género e orientação sexual são a mesma coisa?	14
O que é o coming out ou “saída do armário”?	16
Temática: Orientação sexual (LGB+)	16
O que é uma pessoa lésbica, gay, bissexual?	16
As pessoas lésbicas, gays, bissexuais são todas iguais?	16
Trata-se de uma doença?	17
É necessário um diagnóstico?	17
Temática: Identidade de género (trans*)	
O que é uma pessoa trans*?	17
As pessoas trans* são todas iguais?	18
Trata-se de uma doença?	18
É necessário um diagnóstico?	19
O que é o processo de transição social de género?	19
Sendo um processo individual, a pessoa trans*	
deve fazer esse percurso sozinha?	19
AMPLIANDO CONSCIENCIALIZAÇÃO - DIREITOS LGBT+	21
Pessoas LGB+ – Direito à constituição de família	22
As pessoas LGB+ podem casar?	22
As pessoas LGB+ podem ter filhos/as (biológicos/as ou adotados/as)?	22
Pessoas trans* – Direito à identidade de género	22
O que é a autodeterminação de género?	22
Todas as entidades, públicas ou privadas, incluindo escolas, associações, etc.,	
estão obrigadas a reconhecer a identidade de género de todas as pessoas?	23
E como é que, na prática, se pode/deve fazer?	23
E esse reconhecimento da identidade de género também se aplica	
a crianças e jovens com menos de 18 anos?	24
As pessoas trans* podem mudar o seu género	
e nome em documentos de identificação oficiais?	24
A partir de que idade o podem fazer?	24
E se não quiser alterar formalmente o seu nome e menção ao sexo?	24
E se for uma criança?	25

AMPLIANDO HORIZONTES – CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO	27
3 is da Discriminação	28
Analisar os próprios preconceitos	29
Boas e más práticas nas interações com a população LGBT+	31
A importância de ser aliado/a	33

AMPLIANDO A ESCOLA – ACOLHIMENTO DA DIVERSIDADE DE ORIENTAÇÃO SEXUAL E DE GÉNERO	35
Importância da escola	36
Combate ao <i>bullying</i>	36
Inserção/transição em meio escolar	37
O Despacho n.º 7247/2019	39
Quais são os direitos das crianças e jovens trans*?	39
E se a escola não aceitar os pedidos de alteração?	39
Exemplo de modelo de requerimento para reconhecimento de nome social	40

AMPLIANDO A INTERVENÇÃO – RECURSOS E MEDIDAS	43
Como é que as instituições de intervenção comunitária e as comunidades escolares podem apoiar?	44
Formação contínua	44
Medidas de apoio explícito e de inclusão das pessoas LGBT+	45
Promoção da cultura de respeito pela diversidade	45
Respeitar e cumprir a legislação	45
Criação de um Código interno de conduta para a inclusão	45
Criação de documentação/formulários respeitadores da identidade de género	46
Criação de documentação/formulários/regulamentos respeitadores dos diferentes tipos de famílias	46
Promoção da liberdade de escolha	47
Promoção de ações de sensibilização	47
Criação de uma rede com associações LGBT+	47
Assinalar as datas mais significativas para as questões LGBT+	48
Tornar públicas as políticas e medidas de inclusão	48
Criação de espaços inclusivos	49

AMPLIANDO HORIZONTES - CAMINHANDO LADO A LADO	51
A importância do apoio da comunidade	53
Caminhando lado a lado	53

GUIA DE BOLSO PARA INTERVENIENTES NA AÇÃO COMUNITÁRIA E ESCOLAR NO APOIO A PESSOAS LÉSBICAS, GAYS, BISSEXUAIS E TRANS*	55
---	-----------

	/	
GLOSSÁRIO		59
	/	
LEGISLAÇÃO		65
	/	
INSTITUIÇÕES DE APOIO E RECURSOS		75
Apoios institucionais e associativos		76
Recursos		84
Notícias		84
Livros		85
Documentários e Testemunhos		88
Filmes		90
Séries		92
Vídeos		93
	/	
AGRADECIMENTOS		95



INTRODUÇÃO

/

A QUEM SE DESTINA ESTE GUIA?

Este guia surge no âmbito do projeto “Ampliando Famílias” e pretende ser uma ferramenta, de carácter essencialmente informativo, dirigido a intervenientes de ação comunitária e escolar sobre as temáticas da orientação sexual e identidade de género. Propõe-se sensibilizar e capacitar para a inclusão das pessoas com identidades e expressões de género não normativas, que aqui designamos por pessoas transgénero ou trans¹, bem como das pessoas com orientações sexuais não heterossexuais (lésbicas, gays, bissexuais ou outras), que designamos por LGBTQ+.

Para a sua elaboração contribuiu a experiência da AMPLOS – Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e Identidade de Género, a colaboração de profissionais especializados/as e, principalmente, os testemunhos de pessoas que trabalham em instituições de ação comunitária e em comunidades escolares, e de dezenas de famílias de pessoas LGBTQ+, que se disponibilizaram para partilhar a sua experiência.

Procura-se esclarecer dúvidas que podem surgir no decurso da intervenção com a população LGBTQ+ e/ou com as suas famílias, no sentido da sensibilização e capacitação para estas temáticas. Incluem-se indicações que podem ajudar na gestão dessas interações, para que tenham o impacto desejado.

Na base deste guia está a ideia de que os intervenientes comunitários e da comunidade escolar desempenham um papel fundamental na plena integração das pessoas LGBTQ+ e a importância do seu contributo para sociedades mais inclusivas e respeitadoras dos direitos humanos.

/

COMO PODE SER UTILIZADO?

O guia está dividido em diversos tópicos e qualquer um deles pode apresentar-se como o tema que, num determinado momento, mais poderá ser útil. Pode ser consultado para dar resposta a questões específicas, não sendo obrigatória uma leitura sequencial (do início ao fim). Na parte final do guia, está incluído um glossário com diversos termos e conceitos que ajudam a compreender a informação apresentada ao longo do texto.

Este guia não pretende substituir a formação especializada em orientação sexual e identidade de género.

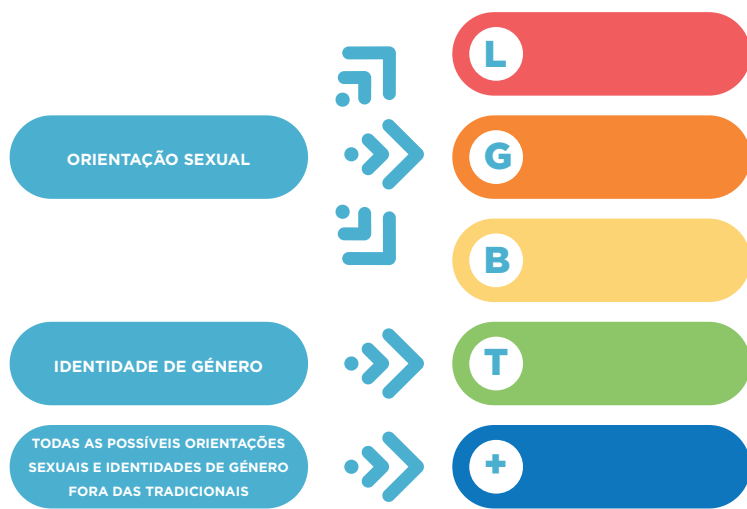
¹ A utilização de “trans*”, com asterisco, tem por objetivo tornar o conceito mais inclusivo da diversidade de identidades e expressões de género.



AMPLIANDO CONHECIMENTO PERGUNTAS FREQUENTES

/ LGBT+ - O QUE QUER DIZER ESTA SIGLA?

A sigla LGBT+ associa várias categorias de pessoas socialmente discriminadas, por razões relacionadas com a sua orientação sexual (LGB) ou identidade de género (T)

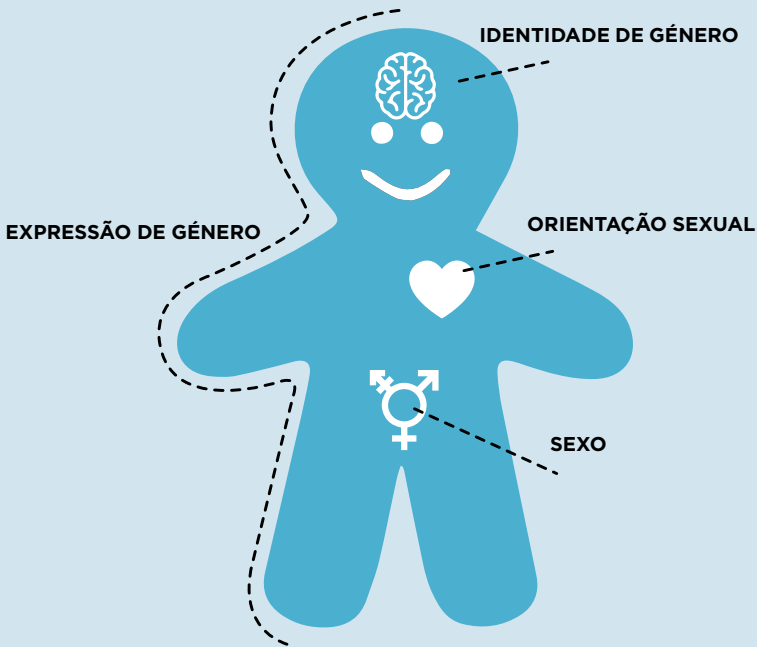


/ IDENTIDADE DE GÉNERO E ORIENTAÇÃO SEXUAL SÃO A MESMA COISA?

Não. São dois conceitos diferentes que refletem situações diferentes. A identidade de género é referente à forma como a pessoa se sente e identifica quanto ao género, já a orientação sexual está relacionada com a atração (física e/ou emocional) por outras pessoas.

Apesar de se tratar de temáticas diferentes, e de as pessoas enfrentarem desafios específicos, a identidade de género e a orientação sexual surgem frequentemente ligadas, a nível associativo e a nível político, por serem categorias socialmente discriminadas por razões semelhantes (a forma cisheteronormativa e binária de encarar o sexo, o género e a sexualidade). Para facilitar a compreensão destas temáticas, apresentamos a ferramenta pedagógica conhecida como “Biscoito de género”.

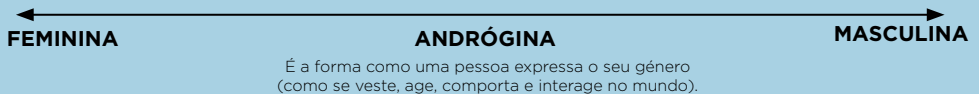
BISCOITO DE GÊNERO



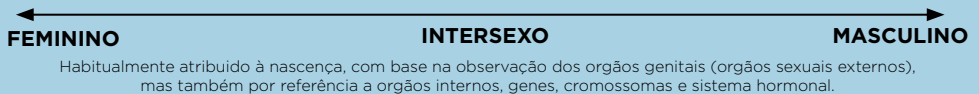
IDENTIDADE DE GÊNERO



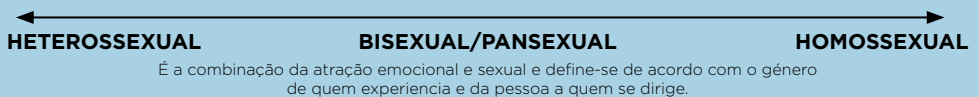
EXPRESSÃO DE GÊNERO



SEXO



ORIENTAÇÃO SEXUAL



/ O QUE É O COMING OUT OU “SAÍDA DO ARMÁRIO”?

O *coming out* ou “saída do armário” é o momento em que a pessoa LGBT+ revela a terceiros (pessoas da família ou outras pessoas significativas) a sua orientação sexual ou a sua identidade de gênero.



► TEMÁTICA: ORIENTAÇÃO SEXUAL (LGB+) ◀

O que é uma pessoa lésbica, gay ou bissexual?

Uma pessoa lésbica identifica-se com o gênero feminino e sente-se atraída por pessoas do gênero feminino; uma pessoa gay identifica-se com o gênero masculino e sente-se atraída por pessoas do gênero masculino; uma pessoa bissexual identifica-se com um dos gêneros e sente atração por ambos os gêneros (ver “Glossário”, pág. 60). São situações relativamente comuns, ainda que socialmente invisibilizadas.

As pessoas lésbicas, gays ou bissexuais são todas iguais?

Não. Tal como as pessoas heterossexuais, as pessoas gays, lésbicas ou bissexuais são todas diferentes, na sua forma de estar e de viver a sua afetividade e sexualidade. Só a própria pessoa sabe como se sente, o que a homossexualidade ou bissexualidade significam para si, e como tal se reflete na sua forma de ser e estar.

Por vezes, procura-se na infância destas pessoas padrões de comportamento, de preferências ou brincadeiras associadas ao gênero “oposto” (as “Marias-rapazes” e os “meninos efeminados”). Trata-se de um pressuposto influenciado por estereótipos de gênero heteronormativos, que podem, ou não, fazer parte da realidade das pessoas lésbicas, gays ou bissexuais.

O importante é considerar-se que não existem pessoas iguais e que só a própria pessoa, independentemente dos seus comportamentos, aparência ou preferências, sabe qual a sua orientação sexual, sendo todas as orientações sexuais igualmente válidas.

Trata-se de uma doença?

Não. A diversidade faz parte da natureza humana e a orientação sexual não foge a essa regra. São as convenções sociais que criam estereótipos de categorização e impõem a heterossexualidade como “norma”, eliminando ou estigmatizando todas as outras possibilidades.

A Associação Americana de Psiquiatria, em 1973, e a Organização Mundial de Saúde, em 1990, deixaram de considerar a homossexualidade uma doença.

Contudo, o sofrimento causado pela incompreensão e dificuldades de respeito social das pessoas lésbicas, gays ou bissexuais pode ter impacto no seu bem-estar e qualidade de vida, e levar a situações de depressão e outras perturbações de natureza psicológica, para as quais poderão ser necessárias respostas do foro clínico.

É necessário um diagnóstico?

A orientação sexual não se valida através de diagnósticos clínicos, porque não é uma doença. As outras pessoas devem, antes de mais, confiar no que diz a pessoa acerca de si. Não existe nenhum/ma profissional de saúde que entenda melhor do que a própria pessoa qual a sua orientação sexual.



➤ TEMÁTICA: IDENTIDADE DE GÉNERO (TRANS*) ◀

O que é uma pessoa trans*?

Uma pessoa trans* é uma pessoa cuja identidade de género (género com o qual se identifica) e/ou expressão de género (modo como se apresenta socialmente) não correspondem às características habitualmente associadas ao sexo que lhe foi atribuído à nascença.

É uma identidade relativamente comum, ainda que socialmente invisibilizada e culturalmente diversa. A identidade de género é uma experiência pessoal e íntima, pelo que só a pessoa sente e sabe aquilo que é.

Esta autoidentificação pode ter diversas configurações: identificação com o género “oposto” ao que lhe foi atribuído à nascença (mulher/rapariga trans ou homem/

rapaz trans), não identificação com qualquer um dos géneros (não binarismo), ou oscilar entre um ou outro género (fluidez de género).

Uma mulher ou rapariga trans é uma pessoa que se identifica com o género feminino, tendo-lhe sido atribuído à nascença o sexo masculino. Já um homem ou rapaz trans é uma pessoa que se identifica com o género masculino, tendo-lhe sido atribuído à nascença o sexo feminino.

De forma a incluir todas as diversidades, tem-se optado pela designação trans-género ou pessoa trans* (termo mais inclusivo e que, por isso, adotámos neste guia).

As pessoas trans* são todas iguais?

Não. Há diferentes modos de identificação e de expressão de género, sendo sempre único o modo e a forma que a pessoa trans* utiliza para se identificar, se nomear e apresentar socialmente.

Por exemplo, quando o sentimento é de pertença ao sexo “oposto” ao que lhes foi atribuído à nascença, muitas vezes essas pessoas identificam-se como homem ou mulher transexual. Mas a identificação pode ser no sentido de a pessoa, seja adulta, jovem ou criança, não se identificar de uma maneira constante com qualquer das categorias (masculina ou feminina), caso em que se apresenta como uma pessoa não binária. Estas designações de pessoas trans* e não binárias não esgotam todas as identificações de género (ver “Glossário”, pág. 60).

Trata-se de uma doença?

Não. A diversidade faz parte da natureza e da essência humana e, tal como a orientação sexual, a identidade de género não foge a essa regra. São as convenções sociais que limitam a identidade de género ao binarismo masculino/feminino dominante, e coincidente com o sexo anatómico, excluindo todas as outras possibilidades.

Na última versão da CID – Classificação Internacional de Doenças (CID 11, 2018), a Organização Mundial de Saúde deixou de considerar as identidades trans* como doença mental, classificando-as como “incongruência de género” e colocando-as no capítulo das “condições relacionadas com a saúde sexual”. Algumas pessoas trans* vivem com sofrimento essa “incongruência”, o que é designado por “disforia de género”, e podem ter necessidade de recorrer a cuidados de saúde no sentido de adequarem o seu corpo à sua identidade de género. Esta “disforia de género” não resulta de um problema psicológico, mas sim da imposição de normas de género rígidas e binárias.

O sofrimento causado pela discriminação social poderá ter impacto no seu

bem-estar e qualidade de vida, pelo que podem também necessitar de apoio psicológico.

É necessário um diagnóstico?

A identidade de género não se valida através de diagnósticos clínicos, porque não é uma doença. As outras pessoas devem, antes de mais, confiar no que diz a pessoa acerca de si própria e sobre as suas necessidades. Não existe nenhum/ma profissional de saúde que entenda melhor do que a própria pessoa qual a sua identidade de género.

O que é o processo de transição ou afirmação social de género?

Contrariamente ao que acontece com as pessoas cis (ou cisgénero), que se identificam com e veem o seu género reconhecido à nascença, as pessoas trans* passam por aquilo que se denomina de processo de transição social de género, quando se apresentam perante as outras pessoas em conformidade com o género com que se identificam (roupas, penteado, nome e pronomes...). Este processo social de transição ou afirmação de género poderá ser acompanhado, dependendo da vontade de cada pessoa, da transição legal (mudança de nome e de menção ao sexo no assento de nascimento e alteração da documentação) e da transição física, que implica o recurso à medicina para a realização de alterações corporais.

Sendo um processo individual, a pessoa trans* deve fazer esse percurso sozinha?

Não. Um processo de transição é um caminho com muitos desafios para ultrapassar. Quanto mais sozinha a pessoa estiver, mais difícil será esse caminho. O apoio das pessoas mais próximas e significativas, como os/as educadores/as e a família, é de extrema importância. Esse apoio é fundamental, pois reforça a capacidade de resistir às adversidades e resulta na melhoria do bem-estar das pessoas trans*.



AMPLIANDO CONSCIENCIALIZAÇÃO DIREITOS LGBT+

Nos últimos anos tem havido uma evolução na conquista de direitos relativos à orientação sexual e à identidade de género no sentido de reposição da igualdade e de combate à discriminação. (Re)Conhecer os direitos destas pessoas é um passo essencial para uma intervenção informada, adequada e inclusiva.

/ **PESSOAS LGB+ – DIREITO À CONSTITUIÇÃO DE FAMÍLIA**

As pessoas LGB+ podem casar?

Com a entrada em vigor da Lei n.º 9/2010, de 31 de maio, foi estabelecido em Portugal o regime que permite o casamento civil entre pessoas do mesmo género. É importante que os/as técnicos/as que trabalhem com pessoas lésbicas, gays ou bissexuais e suas famílias assumam e transmitam a ideia de que estas uniões são tão válidas quanto qualquer outra.

As pessoas LGB+ podem ter filhos/as (biológicos/as ou adotados/as)?

As pessoas gays, lésbicas ou bissexuais que desejarem ter filhos/as (biológicos/as ou adotados/as) podem fazê-lo, sem que qualquer legislação as impeça. Em 2016, com a Lei n.º 2/2016, de 29 de fevereiro, deixaram de existir as discriminações no acesso à adoção, apadrinhamento civil e demais relações jurídicas familiares. E foi também em 2016, através da Lei n.º 25/2016, de 26 de julho, que foi aprovada a procriação medicamente assistida (PMA) para todas as mulheres (ver “Legislação”, pág. 66). É essencial que todas as entidades estejam preparadas para receber e acolher em igualdade todos os tipos de famílias.

/ **PESSOAS TRANS* – DIREITO À IDENTIDADE DE GÉNERO**

O que é a autodeterminação de género?

O reconhecimento de que ser trans* não é uma doença, mas, antes, que a (auto)identificação de género é um direito fundamental de cada pessoa; está consagrado em diversas recomendações internacionais, europeias e também nacionais. Em 2007, a “identidade de género” foi consignada como um dos direitos humanos fundamentais (Princípios de Yogyakarta). Ao nível europeu, têm sido recorrentes as recomendações do Conselho da Europa para que os Estados reconheçam e protejam o direito à identidade de género, independentemente da idade ou de quaisquer

outras condições. A nível nacional, essas recomendações estão vertidas na Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto, que estabelece o direito à autodeterminação da identidade e expressão de género.

O reconhecimento do direito à autodeterminação significa que para o reconhecimento civil de género, ou seja, perante a lei e o Estado, é suficiente a declaração da própria pessoa, não tendo que apresentar diagnósticos clínicos ou qualquer outra avaliação sobre a sua identidade de género.

Todas as entidades, públicas ou privadas, incluindo escolas, associações, etc., estão obrigadas a reconhecer a identidade de género de todas as pessoas?

Sim, a Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto, estabelece que *“todas as pessoas são livres e iguais em dignidade e direitos, sendo proibida qualquer discriminação, direta ou indireta, em função do exercício do direito à identidade de género e expressão de género e do direito à proteção das características sexuais.”* (artigo 2.º, n.º 1). E ainda que *“As entidades privadas cumprem a presente lei e as entidades públicas garantem o seu cumprimento e promovem, no âmbito das suas competências, as condições necessárias para o exercício efetivo do direito à autodeterminação da identidade de género e expressão de género e do direito à proteção das características sexuais de cada pessoa.”* (artigo 2.º, n.º 2).

E como é que, na prática, se pode/deve fazer?

A lei determina também qual o procedimento a adotar: “quando, para a prática de um determinado ato ou procedimento, se torne necessário indicar dados de um documento de identificação que não corresponda à identidade de género de uma pessoa, esta ou os seus representantes legais podem solicitar que essa indicação passe a ser realizada mediante a inscrição das iniciais do nome próprio que consta no documento de identificação, precedido do nome próprio adotado face à identidade de género manifestada, seguido do apelido completo e do número do documento de identificação.” (artigo 3.º, n.º 2).

Algumas pessoas trans* podem não ter consciência dos seus direitos ou não terem sido aceites na família ou em outras esferas significativas, como por exemplo na escola, pelo que podem não reivindicar ou podem retrainir-se no usufruto deste direito. Os/as intervenientes comunitários e da comunidade escolar, quando informados/as, podem ter aqui um importante papel a desempenhar. O primeiro gesto é validar a identidade da pessoa trans* utilizando a forma (nome/pronome) como escolheu apresentar-se socialmente e nas situações em que decidiu fazê-lo, respeitando em cada situação, e em cada momento, as suas escolhas.

E esse reconhecimento da identidade de género também se aplica a crianças e jovens com menos de 18 anos?

Sim, como é claro na lei, esse direito é extensível a todas as pessoas, podendo, no caso dos/das crianças e jovens com menos de 18 anos ser solicitado pelos/as seus/suas representantes legais.

As pessoas trans* podem mudar o seu género e nome em documentos de identificação oficiais?

Sim. O procedimento para alteração da menção do sexo e de nome próprio no registo civil inicia-se através de requerimento apresentado em qualquer conservatória do registo civil e posteriormente são atualizados os documentos de identificação (ver “Legislação”, pág. 66).

A partir de que idade o podem fazer?

A partir dos 16 anos. Com 16 e 17 anos, os/as representantes legais e o/a jovem devem ser ouvidos/as pelo/a conservador/a, presencialmente, de forma a constatar o seu consentimento livre e esclarecido. Complementarmente, deve possuir um relatório realizado por um/uma médico/a ou psicólogo/a que ateste exclusivamente a sua capacidade de decisão e vontade informada, sem referências a diagnósticos de identidade de género, tendo sempre em consideração os princípios da autonomia progressiva e do superior interesse da criança constantes na Convenção sobre os Direitos da Criança.

E se não quiser alterar formalmente o seu nome e menção ao sexo?

Cada pessoa tem o seu tempo e modo de viver a sua identidade e a sua expressão de género. Por variados motivos, a pessoa trans* pode não desejar a alteração de nome nos documentos de identificação, ou não a desejar imediatamente, ponderando, por exemplo, fazê-lo após sentir segurança para tal (o que passa por ter ultrapassado alguns desafios no seu percurso pessoal). Ainda assim, tem direito a ver a sua identidade e expressão de género respeitada, como referido anteriormente.

E se for uma criança?

Apesar de não lhes ser ainda possível a mudança de nome e género no registo civil, às crianças é igualmente reconhecido o direito de verem respeitada a sua autodeterminação de identidade e expressão de género. Na legislação portuguesa a escola foi objeto de especial atenção. O Despacho n.º 7247/2019, de 16 de agosto, estabelece a forma como as escolas devem receber e lidar com estas crianças e jovens (ver “Legislação”, pág. 66).

As crianças e jovens devem usufruir de espaços seguros, onde possam crescer com a liberdade necessária para explorarem e desenvolverem a sua personalidade de forma tranquila. Para mais informações sobre a diversidade de género na infância podem consultar, e recomendar às famílias e a outros/as intervenientes de ação comunitária e escolar, os guias: Guia para Profissionais de Educação sobre Diversidade de Expressões de Género na Infância e Guia para Famílias de Crianças com Papéis e Comportamentos de Género Diverso da autoria da AMPLOS e do Instituto de Apoio à Criança.



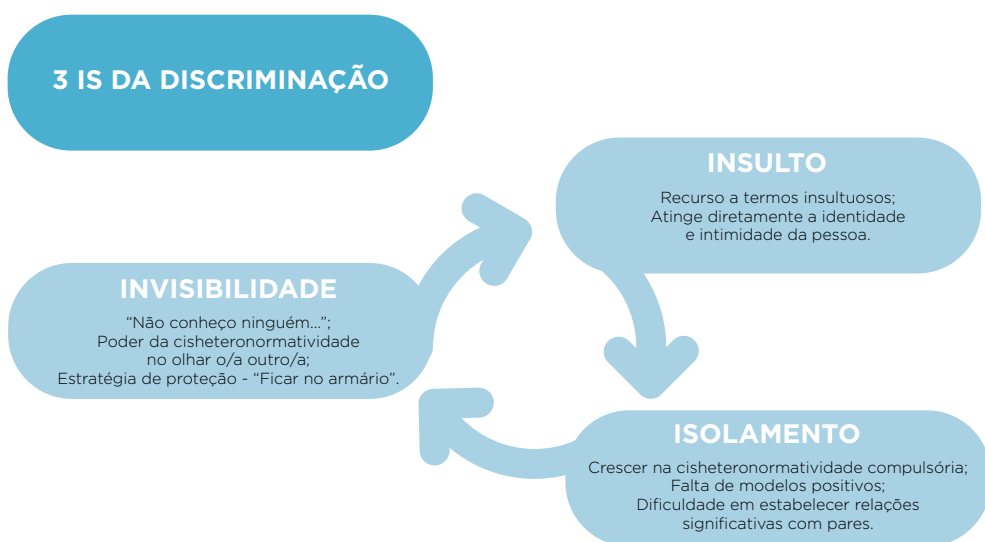


AMPLIANDO HORIZONTES CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO

Outro passo essencial na capacitação para uma intervenção inclusiva e respeitadora das pessoas LGBT+ é tomar consciência da discriminação a que estas pessoas frequentemente estão sujeitas e perceber em que medida contribuímos também para isso, desconstruindo os nossos próprios preconceitos, evitando reproduzir más práticas e protagonizando e incentivando as mais adequadas.

/ 3 IS DA DISCRIMINAÇÃO

Os 3 is da discriminação – insulto, invisibilidade e isolamento — ajudam a perceber como a estigmatização e a exclusão social afetam as vivências destas pessoas.



INSULTO

Frequentemente estas pessoas são insultadas, quer na esfera privada, quer publicamente, sem que os/as seus/suas ofensores/as sofram qualquer consequência, já que esse insulto é socialmente aceite como algo normalizado. Ao crescerem com esta atribuição insultuosa, passam a considerar que são isso mesmo, como se elas próprias fossem um insulto, uma vergonha. Este insulto pode atingir a pessoa na sua identidade e intimidade, afetando vários aspetos da sua vida e até mesmo a forma como se vai relacionar com o/a seu/sua companheiro/a romântico/a.

INVISIBILIDADE

Não sendo a orientação sexual de alguém algo visível para o exterior, não há forma de se identificar uma pessoa lésbica, gay ou bissexual, a menos que essa mesma pessoa se assuma como tal, o que habitualmente se designa como tendo “saído do armário”. Caso a pessoa assim o pretenda, poderá “ficar no armário”, mantendo-se sempre, ou em determinadas situações e contextos, invisível, como forma de proteção da discriminação. Esta invisibilidade faz com que muitas pessoas (nos mais diversos contextos sociais) considerem que não conhecem ninguém LGB (podendo, no entanto, estar rodeadas de pessoas a viver nessa mesma invisibilidade). Este “desconhecimento” já por si é um sinal significativo do peso da heteronormatividade no olhar o/a “outro/a”. Ou seja, parte-se do princípio de que todas as pessoas são heterossexuais e que se apaixonam sempre por alguém do género “oposto” ao seu.

ISOLAMENTO

As pessoas lésbicas, gays ou bissexuais podem crescer sem “conhecer” outras pessoas com a sua orientação sexual, o que faz com que pensem que são a única pessoa assim. Não se ajustando à heteronormatividade, nem partilhando interesses com pares heterossexuais, podem ficar em situação de isolamento, sendo difícil o estabelecimento de relações significativas com os pares. Acresce que são, frequentemente, vítimas de *bullying*. É, por isso, muito importante que as pessoas lésbicas, gays ou bissexuais sejam visíveis, que pessoas com sucesso socialmente reconhecido se identifiquem publicamente como tal, e possam, dessa forma, proporcionar modelos positivos e empoderadores.

Adaptado de: Moleiro, C., Pinto, N., Oliveira, J. M., & Santos, M. H. (2016). Violência doméstica: boas práticas no apoio a vítimas LGBT: guia de boas práticas para profissionais de estruturas de apoio a vítimas. Lisboa: Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género.



ANALISAR OS PRÓPRIOS PRECONCEITOS

Todas as pessoas, independentemente da sua orientação sexual ou identidade de género, crescem em contextos maioritariamente cisgénero e heteronormativos, interiorizando crenças erróneas que fomentam atitudes preconceituosas e discriminatórias, sem disso terem consciência.

A caixa que se segue convida à reflexão sobre convicções e sobre a forma como estas influenciam, e condicionam, a sua tomada de decisão e os seus comportamentos, com impacto na vida de outras pessoas.

ANALISAR AS PRÓPRIAS CRENÇAS E PRECONCEITOS

- 1.**
No caso de alguém fazer o seu *coming out* consigo, quais seriam os seus primeiros pensamentos?
- 2.**
Como se sentiria no caso de um/uma dos/das seus/suas filhos/as se revelar enquanto pessoa lésbica, gay, bissexual e/ou trans*? Como se sentiria se a sua mãe, pai ou irmão/irmã fizesse o seu *coming out*?
- 3.**
Consultaria algum/a médico/a que desconfiasse ser LGB+, sendo este/a do seu género? E se fosse de género diferente?
- 4.**
Já alguma vez participou em eventos sociais especificamente direcionados para a população LGBT+ (como Marchas do Orgulho ou arraiais)? Porquê?
- 5.**
Consegue identificar três pessoas lésbicas, gays ou bissexuais conhecidas?
- 6.**
Consegue identificar três pessoas trans* conhecidas?
- 7.**
Já alguma vez se riu ou contou piadas acerca da população LGBT+?
- 8.**
Já alguma vez defendeu alguma pessoa lésbica, gay, bissexual e/ou trans* que estivesse a ser ofendida ou assediada? Porquê?
- 9.**
Não se identificando enquanto pessoa lésbica, gay, bissexual e/ou trans*, como se sentiria se fosse confundido/a como tal?

Adaptado de: GLSEN (2016), The Safe Space Kit: Guide to Being an Ally to LGBT Students, disponível em <https://www.glsen.org/sites/default/files/GLSEN%20Safe%20Space%20Kit.pdf>

Analisar os próprios preconceitos é um importante passo, não só para quem se quer tornar aliado/a da população LGBT+, como também para qualquer pessoa que simplesmente respeite os direitos das outras pessoas.

/ BOAS E MÁS PRÁTICAS NAS INTERAÇÕES COM A POPULAÇÃO LGBT+

De forma a esclarecer dúvidas e a sistematizar procedimentos, elencamos alguns exemplos de boas e más práticas na interação com a população LGBT+.

BOAS E MÁS PRÁTICAS		
Utilizar termos pejorativos ou fazer piadas que se relacionem com a temática ou com as pessoas LGBT+		Resultam do preconceito e da discriminação imposta pela sociedade cisgénero e heteronormativa que considera ser aceitável ridicularizar as vivências das pessoas LGBT+
Mostrar abertura		O primeiro contacto pode ser decisivo para o estabelecimento de uma relação de empatia e confiança
Tratar as pessoas LGBT+ com a mesma dignidade e respeito com que trata todas as outras pessoas		Todas as pessoas são iguais em dignidade e direitos
Não segregar atividades por género		A segregação por género limita a educação, a ação e a liberdade das pessoas em função do sexo atribuído à nascença
Presumir a orientação (hetero)sexual ou a identidade de (cis)género de alguém		É uma das consequências da organização social assente no modelo cisgénero e heterossexual e tem como consequência a invisibilização e a estigmatização de todas as outras possibilidades
Respeitar o coming out de alguém		Se a pessoa decidiu falar sobre isso, escute com atenção e valide a informação que lhe está a ser transmitida
Não considerar que se trata de uma fase		Se a pessoa está a assumir ser LGBT+ é porque já fez um longo caminho interior que a levou até aí
Revelar a outras pessoas a orientação sexual ou a identidade de género de alguém sem o seu consentimento		A isso chama-se “outing” e pode ser algo extremamente violento para a pessoa LGBT+. Deve ser a própria pessoa a decidir a quem e quando revela a sua orientação sexual ou identidade de género
Tratar a pessoa trans* pelo nome e pronomes escolhidos		O direito ao nome está associado ao direito à identidade. Siga o modo como a pessoa se refere a si própria. Em caso de dúvida, questione a pessoa sobre o nome e os pronomes que deve usar
Não considerar que uma pessoa bissexual é um/uma gay/lésbica não assumido/a		A bissexualidade é uma orientação sexual tão válida quanto qualquer outra
Não questionar uma pessoa LGB sobre qual é o papel (masculino/feminino) que desempenha na relação		Diferentes papéis de género só existem em algumas relações heterossexuais. Os casais gays e lésbicos não têm que seguir o modelo da heterossexualidade tradicional
Não pressupor que uma pessoa LGBT+ é uma pessoa promíscua		Os afetos e a forma como cada pessoa vive as suas relações em nada se relacionam com a orientação sexual ou com a identidade de género

BOAS E MÁS PRÁTICAS (CONT.)

Nunca questionar uma pessoa LGB sobre:

- quando “descobriu” que era LGB;
- se já se relacionou com alguém do “outro” gênero, para ter a certeza de que não é heterossexual



Pense em si próprio/a (caso seja heterossexual) e responda a essas mesmas questões. Certamente nunca se debruçou sobre elas... porque é um processo natural e é assim que deverá ser para todas as pessoas. Se for realmente importante, questione quando é que a pessoa se apercebeu da sua orientação sexual

Nunca questionar uma pessoa trans* sobre:

- nome atribuído à nascença;
- se fez cirurgia(s);
- qual a sua genitália



São questões íntimas e que podem causar desconforto. Se e quando considerar adequado, a pessoa trans* falará sobre isso

Considerar que a pessoa, só porque é LGBT+, tem profissões, comportamentos, gostos ou opiniões estereotipadas



As pessoas LGBT+ são tão diversas quanto todas as outras pessoas. Os estereótipos têm na sua base o preconceito

A importância de ser aliado/a

Com a desconstrução de preconceitos e a consciencialização das dificuldades e da discriminação em razão da orientação sexual e da identidade de gênero, todos/as podemos e devemos constituir-nos como aliados/as das pessoas LGBTQ+ na defesa dos seus direitos. A existência de pessoas aliadas nas organizações é um elemento facilitador do cumprimento do seu dever de acolhimento e respeito pela diversidade, incluindo a relacionada com a orientação sexual e a identidade de gênero.

Quem são?	Porque são precisos/as?	Como ser aliado/a?
Pessoas cisgênero e heterossexuais que: • respeitam os direitos humanos; • apoiam as pessoas e as lutas pelos direitos LGBTQ+; • defendem que a diversidade faz parte da natureza humana; • defendem que todos/as têm o seu lugar na sociedade; • defendem a igualdade de oportunidades.	Para combater o preconceito e a discriminação Para desconstruir este reótipo Para tornar a sociedade mais inclusiva e respeitadora das diferenças Para “construir” pontes com vista à justiça social Para mostrar à sociedade e às próprias pessoas LGBTQ+ que não estão sozinhas Para dar um sinal inequívoco à sociedade que o respeito e a defesa dos direitos LGBTQ+ não prejudicam ninguém	Começar por analisar os próprios preconceitos Informar-se sobre a temática e os direitos LGBTQ+ Ouvir e dar protagonismo e voz às próprias pessoas LGBTQ+ e às organizações que as representam Assumir publicamente a sua posição de aliado/a, mantendo essa postura em todos os contextos da sua vida Participar em eventos públicos, como as “Marchas do Orgulho” Ter consciência de que as posições que assumir nesta temática, assim como os seus comportamentos, terão repercussões sociais, podendo afetar positiva ou negativamente os estereótipos sociais e diretamente a vida das pessoas LGBTQ+ Fazer voluntariado junto de organizações específicas na defesa dos direitos LGBTQ+



AMPLIANDO A ESCOLA

ACOLHIMENTO
DA DIVERSIDADE
DE ORIENTAÇÃO
SEXUAL E
DE GÊNERO

/ IMPORTÂNCIA DA ESCOLA

É na escola que crianças e jovens passam uma parte significativa do seu tempo. A escola é muito mais do que um local de aquisição de conhecimentos formais e deveria ser um espaço seguro e de suporte para todas as crianças e jovens. Contudo, nem sempre é assim, e as crianças e jovens com identidade e expressão de género ou orientação sexual não normativas, enfrentam, também na escola, desafios acrescidos, sendo, por vezes, discriminados/as e sujeitos/as a ofensas e agressões. As crianças e jovens trans* deparam-se com desafios particulares relacionados com a transição em meio escolar, a que é necessário atender em consonância com os direitos já adquiridos.

Importa, pois, investir na mudança e fazer da escola um lugar seguro e respeitador da diversidade humana. Nesse sentido, algumas instituições elaboraram documentos específicos para apoiar as escolas e que podem ser usados como ferramenta de trabalho, como é o caso dos exemplos abaixo indicados:

COME TO THE RAINBOW SCHOOL

Guia para professor@s inclusiv@s (ebook)

Elaborado pela IT GETS BETTER Portugal

Disponível em: www.itgetsbetter.pt/

EDUCAR PARA A DIVERSIDADE

Um Guia para Professores sobre Orientação Sexual e Identidade de Género

Brochura laborada pela rede ex aequo

Disponível em: www.rea.pt/ / [Brochura_Educар_rev2010 \(rea.pt\)](#)

É oportuno recordar que o Estatuto do Aluno e Ética Escolar, Lei n.º 51/2012, de 5 de setembro, artigo 7.º, n.º 1 a) reconhece que os/as alunos/as têm o direito a ser tratados/as com respeito e correção por qualquer membro da comunidade educativa, não podendo, em caso algum, ser discriminados/as em razão, entre outras, da orientação sexual e da identidade de género.

/ COMBATE AO BULLYING

O *bullying* é um comportamento agressivo, repetido e intencional, que ocorre entre

pares em relações assentes em desequilíbrios de poder, infligindo sofrimento, dor e angústia à vítima. As agressões podem ser do tipo psicológico, verbal, físico, social, sexual, entre outros.

As crianças e jovens com identidade e expressão de género ou orientação sexual não normativas são, frequentemente, alvo de *bullying*. De acordo com o Relatório do Projeto Educação LGBTI 2019 da rede ex aequo (que envolveu 4843 jovens), 79,2% dos/das participantes já assistiram a episódios de *bullying* homo-bi-transfóbico nas escolas. Este é um problema da responsabilidade de toda a comunidade escolar, sendo urgente a sua erradicação. Para tal, a escola deve adotar uma cultura de acolhimento e respeito pela diversidade e trabalhar estas temáticas com toda a comunidade escolar (por exemplo, estudantes, pessoal docente e não docente). De acordo com dados do mesmo estudo, 86% dos/das jovens consideram importante abordar estas questões na escola e 68,3% referem que, nas aulas, essas questões raramente ou nunca são abordadas.

Ao nível individual, todas as pessoas devem ficar atentas aos sinais quando a situação de *bullying* não é explicitada e nunca a desvalorizarem quando o é, bem como aos sentimentos e ao desconforto que provoca.

Ao nível da organização, para além da importância da prevenção (por exemplo, através do envolvimento de todos os elementos da comunidade escolar em ações de formação e sensibilização, elaboração e distribuição de material informativo, supervisão ativa e permanente dos espaços de convívio/recreio), devem existir canais adequados, visíveis, acessíveis e eficazes para a denúncia (por exemplo, divulgação regular e por diversos meios sobre quem e como contactar, garantir o sigilo e a confidencialidade, credibilizar e facilitar as denúncias anónimas) e meios adequados para a intervenção com a(s) pessoa(s) agressora(s) e com a(s) vítima(s). Esta intervenção pode (e, preferencialmente, deve) ser realizada em articulação com as famílias e, nos casos em que se justifique, com associações especialistas na temática.

/ INSERÇÃO/TRANSIÇÃO EM MEIO ESCOLAR

Os estereótipos de género estão muito enraizados socialmente e as instituições de ensino funcionam frequentemente com regras explícitas e implícitas muito rígidas e opressoras a este respeito.

Existem normas que as escolas devem respeitar. O Despacho n.º 7247/2019, de 16 de agosto, estabelece a obrigação de as escolas adequarem os seus procedimentos tendo em conta o bem-estar e a segurança das crianças com identidades e expressões de género não normativas.

Tal como a restante população, as pessoas que trabalham nas comunidades escolares não estão isentas de preconceito e, para além disso, têm frequentemente falta de conhecimento acerca da temática da identidade de género e da legislação em vigor, o que pode resultar em indisponibilidade para adequarem as suas condutas às necessidades destas crianças e jovens. Ou, querendo fazê-lo, podem sentir que não possuem a necessária e adequada formação.

A atitude correta é ouvir a criança ou adolescente e o/a seu/sua encarregado/a de educação. Contudo, caso o/a encarregado/a de educação ainda não esteja a par da situação, não deve ser nenhum elemento da comunidade escolar a revelar a identidade de género (ou a orientação sexual) daquela criança ou adolescente. A comunidade escolar deve estar atenta ao facto de haver famílias que não estão recetivas à situação dos seus filhos ou filhas. **Os/as professores/as, principalmente o/a diretor/a de turma, poderá ter um papel preponderante nesta situação, acompanhando a criança ou jovem e a sua família e articulando com a direção da escola a melhor atitude a tomar.** Dependendo dos casos, os/as professores/as poderão servir de mediadores/as na relação destas crianças com os/as seus/suas pais/mães, informando-se junto de, ou pedindo apoio a, associações como a AMPLOS. Este guia faz parte de uma coleção que integra outros dois guias dirigidos a famílias de pessoas trans* e a famílias de pessoas lésbicas, gays e bissexuais que também podem ser recomendados.



O Despacho n.º 7247/2019

As obrigações das escolas e os direitos das crianças e jovens com identidades e expressões de género não normativas estão definidas na Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto e devidamente especificadas através do Despacho n.º 7247/2019, de 16 de agosto (que se apresenta no capítulo sobre “Legislação”). O primeiro passo para ser aliado/a é conhecer o que diz o referido despacho e divulgá-lo no seu estabelecimento escolar/organização.

Embora o despacho se dirija especificamente às escolas, deverá servir de referência para outras organizações/associações frequentadas por crianças e jovens trans* (por exemplo, associações educativas, desportivas e culturais).

Quais são os direitos das crianças e jovens trans*?

As crianças e jovens têm o direito de ver a sua identidade e expressão de género respeitadas na escola, em todas as valências e em todos os momentos da sua vivência escolar. Estas crianças e jovens têm direito ao uso do seu nome (incluindo nas pautas), independentemente deste ser diferente do nome do registo, ao uso dos pronomes que lhe correspondem (masculinos ou femininos ou até neutros, se for essa a sua identidade), à utilização das casas de banho e balneários onde se sintam confortáveis e, quando as atividades são divididas por género, a possibilidade de opção quanto ao grupo que pretende integrar (consultar no ponto sobre “Legislação”, o Despacho n.º 7247/2019).

E se a escola não aceitar os pedidos de alteração?

As escolas públicas ou privadas estão obrigadas ao cumprimento do que está determinado na Lei n.º 38/2018, bem como no Despacho n.º 7247/2019, pelo que não existe a possibilidade de não “aceitarem” os pedidos de alteração necessários à boa integração das crianças e jovens.

Em caso de conflito, os/as adolescentes e/ou os/as seus/suas encarregados/as de educação, e ainda os/as seus/suas professores/as ou outros/as intervenientes, devem dialogar com a direção da escola, apresentando-lhes a legislação em vigor e alertando para o facto de as suas ações corresponderem a incumprimento da lei.

Exemplo de modelo de requerimento para reconhecimento de nome social

Este é um exemplo do modo como pode ser realizado o pedido às escolas para reconhecimento de nome social. Devidamente adaptado, pode também servir para outras organizações, frequentadas pela criança ou jovem.

Exmo/a. Senhor/a

Diretor/a do/da [Nome do agrupamento ou da escola]

Prof./a [Nome do/da responsável]

Assunto: Reconhecimento de nome social

Data: [dia] de [mês] de [ano]

[Nome do/da encarregado/a de educação], encarregado/a de educação do/da aluno/a com o cartão de cidadão n.º [indicar número] e n.º de aluno/a [indicar número], vem por este meio requerer que sejam dadas orientações aos/às professores/as da turma [identificação da turma] que o/a seu/sua educando/a integra para que a ele/ela se dirijam pelo nome social autoatribuído, no caso, [indicar nome escolhido], e utilizem pronome no [indicar masculino/feminino]. Solicita-se ainda que a documentação administrativa e processual do/da seu/sua educando/a, seja adaptada, conforme o estipulado no n.º 2 do artigo 3.º, da Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto, uma vez que se enquadra na situação de autodeterminação da identidade de género e de acordo com o definido no n.º 2 do artigo 12.º da mesma lei.

Agradecendo desde já a atenção dispensada, aguardo com expectativa que esta situação possa ser rapidamente resolvida.

Atenciosamente, _____



AMPLIANDO A INTERVENÇÃO RECURSOS E MEDIDAS

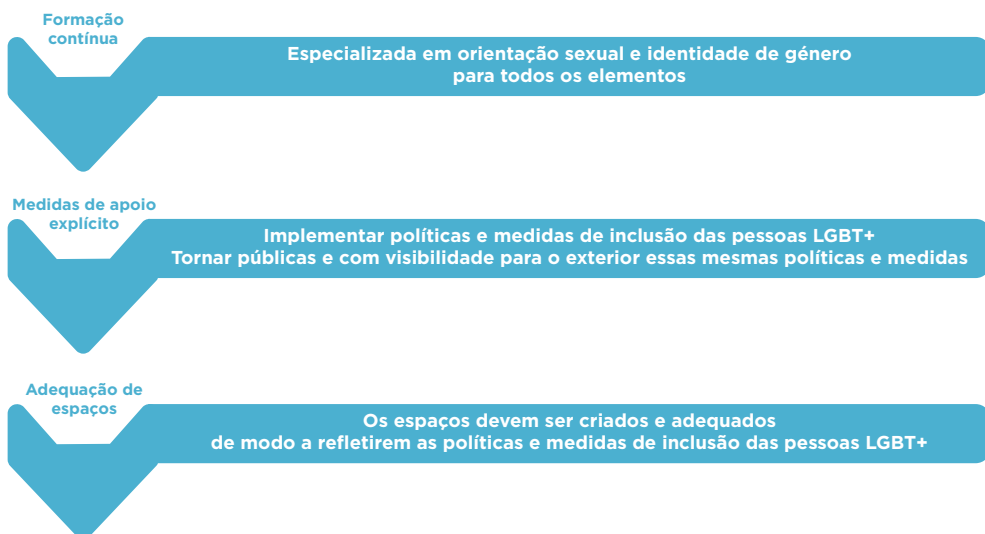
Proporcionar espaços inclusivos e medidas de apoio explícito para a população LGBT+ deveria ser uma preocupação de toda a sociedade, tal como reconhecido na Estratégia Nacional para a Igualdade e Não Discriminação (ENIND, 2018-2030), que inclui um Plano de Ação para o combate à discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de gênero, e características sexuais (PAOIEC).

As organizações comunitárias e educativas devem servir de exemplo, abrindo caminho à tão necessária mudança de mentalidades, à promoção do respeito pela diferença e à inclusão.

Neste ponto, serão abordadas algumas linhas de orientação e questões de ordem mais prática que devem ser implementadas para a construção de espaços inclusivos para as pessoas LGBT+.

/

COMO É QUE AS INSTITUIÇÕES DE INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA E AS COMUNIDADES ESCOLARES PODEM APOIAR?



Formação contínua

A formação especializada e o conhecimento são motores de mudança, de desconstrução de crenças erróneas e de estereótipos, promovendo a inclusão social e os direitos humanos.

Algumas das situações em que as pessoas LGBT+ são discriminadas têm origem no desconhecimento e não necessariamente na má vontade ou num ato de

discriminação consciente.

Importa, pois, que todas as pessoas envolvidas na ação comunitária e nas comunidades escolares conheçam as especificidades da discriminação contra as pessoas LGBT+, os desafios específicos que enfrentam, o quadro jurídico em vigor em Portugal, os direitos destas pessoas, as boas práticas e quais os recursos e instituições a que podem recorrer caso necessitem de apoio especializado, através de formação contínua e especializada. Esta formação beneficiará da implementação em articulação com as próprias associações LGBT+.

Medidas de apoio explícito e inclusão das pessoas LGBT+

Importa definir um conjunto de políticas e medidas a implementar na instituição/comunidade escolar, no sentido da inclusão e da não discriminação. Algumas dessas possíveis medidas, foram já abordadas em pontos anteriores, contudo, por uma questão de sistematização, e tendo em conta a sua importância, retomamo-las aqui.

• *Promoção da cultura de respeito pela diversidade*

A diversidade faz parte da natureza humana e não há qualquer razão, para além do preconceito, que justifique a invisibilização ou discriminação das pessoas LGBT+. Não é possível trabalhar para uma sociedade mais justa, quer na esfera comunitária quer na educação, sem se estar plenamente consciente desta realidade. O acolhimento da diversidade deve ser partilhado por todas as pessoas que fazem parte das organizações e associações comunitárias e das comunidades escolares, em respeito pelos princípios democráticos que regem a nossa sociedade.

• *Respeitar e cumprir a legislação*

A consagração dos direitos das pessoas LGBT+ no quadro jurídico não é garantia de que, na prática, estes sejam respeitados. É essencial garantir o conhecimento da legislação em vigor, cumprir e fazer cumprir a sua aplicação. Desde logo, o artigo 13.º da Constituição da República Portuguesa afirma que ninguém pode ser discriminado em razão do sexo ou da orientação sexual. Para facilitar este processo, encontra-se em anexo um capítulo sobre legislação (ver “Legislação”, pág. 66).

• *Criação de um Código de Conduta interno para a inclusão*

Criar um Código de Conduta da instituição/comunidade escolar para as questões LGBT+, ou, caso já existam códigos similares (por exemplo, para a igualdade de género), incluir estas temáticas nesse código. É necessário deixar bem claro para todas as pessoas, quer do interior quer do exterior da organização, que nesse espaço e nesse ambiente se dá especial importância a práticas inclusivas e se promove a igualdade e a não discriminação.

• *Criação de documentação/formulários respeitadores da identidade de género*

A Lei n.º 38/2018, de 7 de agosto, estabeleceu o direito à autodeterminação da identidade de género e expressão de género, consagrando no n.º 2 do seu artigo 3.º de que modo se deve atuar no preenchimento de documentação ou formulários, quando os dados dos documentos não correspondem à identidade de género da pessoa. Assim, a pessoa ou os/as seus/suas representantes legais, devem dar instruções para que sejam indicadas as iniciais do nome próprio constante no documento de identificação, em seguida o nome social adotado pela pessoa e os restantes apelidos completos, finalizando com a indicação do número do documento de identificação (o artigo completo pode ser consultado no ponto “E como é que, na prática, se pode/deve fazer?”, na pág. 23).

De acordo com a mesma lei, no n.º 2 do seu artigo 2.º, este procedimento vincula as entidades públicas e privadas, sendo, pois, de aplicação obrigatória em todas as organizações e, como tal, também naquela(s) a que pertence.

Tal como consta do artigo 5.º, alínea b, do Despacho n.º 7247/2019, para as escolas, mas que deverá ser alargado a outras organizações, é necessário adequar a documentação de exposição pública e toda a que se dirija a crianças, jovens e adultos trans*, designadamente, fazendo figurar nessa documentação o nome adotado, garantindo que o mesmo não apareça de forma diferente do das restantes pessoas, sem prejuízo de nas bases de dados se poderem manter, sob confidencialidade, os dados de identidade registados.

As organizações também deverão estar preparadas e facilitar as alterações relacionadas com a mudança da documentação por motivos de alteração de nome e menção ao sexo no registo civil, que terão consequências nos documentos de identificação (cartões de associados/as, por exemplo).

• *Criação de documentação/formulários/regulamentos respeitadores dos diferentes tipos de famílias*

Ao contrário do que acontece frequentemente com o género, a orientação sexual não consta dos documentos de identificação. No entanto, a heterossexualidade pode estar assumida nos mesmos, quando se trata de formulários relativos, por exemplo, à composição do agregado familiar ou a apoios/ofertas/direitos extensivos a familiares. Deverá, pois, haver lugar a uma revisão dos respetivos documentos/formulários/regulamentos no sentido de assegurar a sua adequação a todos os tipos de famílias.

• *Promoção da liberdade de escolha*

Na comunidade escolar ou noutras comunidades, todas as pessoas se devem sentir livres para fazerem as suas escolhas.

As atividades que dividem as pessoas por género devem ser evitadas. Contudo, caso tenham mesmo que acontecer, a pessoa deve sentir-se livre de participar no grupo com que mais se identifica ou optar pela atividade que lhe proporciona mais prazer ou em que se sente mais confortável. Este é um princípio com aplicação desde o infantário até ao lar da terceira idade e não beneficia apenas as pessoas LGBT+.

Outro aspeto a considerar é o uso de fardas ou uniformes. Também neste âmbito, a pessoa deve ser livre de escolher qual pretende usar. Este direito está consagrado para as escolas, no Despacho n.º 7247/2019, mas deverá estender-se a todas as outras organizações.

• *Promoção de ações de sensibilização*

Para além da importância da formação, torna-se necessário alcançar outros públicos que possam não estar abrangidos pelos planos de formação. Promover ações de sensibilização é uma boa forma de trabalhar as questões LGBT+ com públicos alargados. Nas instituições de ação comunitária, as ações de sensibilização podem ser dirigidas, por exemplo, a utentes, a parceiros, a outras instituições ou mesmo à comunidade em geral. Nas comunidades escolares é essencial a sua dinamização junto de alunos/as, de encarregados/as de educação, entre outras possibilidades (como a comunidade em geral, etc.).

A dinamização de debates públicos, com a presença de especialistas, de representantes de organizações LGBT+ e com as próprias pessoas LGBT+ e/ou com as suas famílias, pode ser um dos formatos mais eficazes para a sensibilização dos diferentes tipos de população. Salientam-se os bons resultados das ações realizadas com recurso a pares, por exemplo, jovens LGBT+ a sensibilizar outros/as jovens ou famílias de pessoas LGBT+ a sensibilizar outras famílias.

• *Criação de uma rede com associações LGBT+*

A discriminação das pessoas LGBT+ resulta de questões estruturais enraizadas na sociedade, como tal, ninguém consegue resolver este problema isoladamente. Para se garantirem intervenções eficazes e respostas eficientes, é necessário o investimento no trabalho em rede. Para esse efeito, devem estabelecer-se parcerias privilegiadas e duradouras com associações especialistas nas questões LGBT+, de modo a manter um canal de comunicação aberto e eficaz para cada novo caso ou situação que surja, e para a participação e aconselhamento em medidas mais estruturais a implementar na organização. No capítulo “Instituições de apoio e recursos”,

estão elencadas algumas das principais associações existentes em Portugal (ver “Instituições de apoio e recursos”, pág. 76).

• **Assinalar as datas mais significativas para as questões LGBT+**

Existem acontecimentos que são um marco na história da luta contra o preconceito e a discriminação e pelos direitos das pessoas LGBT+. É muito importante que essas datas tenham visibilidade e sejam assinaladas publicamente, pois trata-se de uma forma de demonstrar apoio à sua causa, de validação da sua existência e de valorização das suas conquistas.

DATAS MAIS SIGNIFICATIVAS



**Dia Internacional
da Visibilidade Transgénero**



**Dia Internacional
Contra a Homofobia
e a Transfobia**



**Mês do orgulho LGBT+
Dia 28 dia da Rebelião
de Stonewall**

A celebração destas datas pode ser uma oportunidade para a realização de eventos e atividades informativas e festivas em parceria com associações LGBT+ e para as escolas e outras instituições marcarem presença nos eventos LGBT+, como as Marchas do Orgulho, arraiais, ciclos de cinema ou outros eventos públicos.

• **Tornar públicas as políticas e medidas de inclusão**

Para além da implementação, é também importante efetuar a divulgação pública das políticas e medidas de inclusão adotadas nas instituições de ação comunitária e nas comunidades escolares de apoio às pessoas LGBT+ porque:

As pessoas LGBT+ ficam a saber que podem recorrer e beneficiar dos serviços da organização em segurança



Enquanto informação de divulgação pública chegará ao conhecimento de mais pessoas (principalmente das pessoas LGBT+ e dos/das seus/suas aliados/as)

A organização passa a desempenhar um papel de relevância social e torna-se um exemplo de cidadania, podendo assim incentivar outras instituições e comunidades escolares a adotarem os mesmos princípios e políticas de inclusão

Criação de espaços inclusivos

Quando alguém se dirige, pela primeira vez, a uma escola ou outra entidade, o espaço físico tem bastante impacto, causando imediatamente uma impressão. A primeira impressão deverá ser positiva e geradora de sentimentos de segurança e bem-estar. Neste sentido, apresentam-se algumas sugestões que, de forma simples e pouco dispendiosa, podem ser postas em prática para a criação de espaços LGBT+ inclusivos:



Colocar, de forma visível, um estandarte, um galardete ou uma bandeira arco-íris. Este é um dos sinais que, de forma imediata, demonstra tratar-se de um espaço seguro para pessoas LGBT+.



Acautelar a existência de casas de banho não identificadas por género ou o acesso a casas de banho e a balneários de acordo com o género eleito. Este é um direito das pessoas trans*, consagrado na legislação em vigor para os estabelecimentos escolares (ver “Legislação”, pág. 66), mas que poderá e deverá ser alargado a espaços de outras entidades comunitárias. Esta medida vem resolver situações de evitamento de uso das casas de banho, com repercussões positivas na saúde física e mental das pessoas trans*.



Disponibilizar informação específica sobre as questões LGBT+. Esta informação pode ser em forma de:

- panfletos: elaborados na própria instituição ou oriundos de associações da especialidade (colocados em cima de um balcão ou mesa);
- autocolantes específicos para o efeito, colocados em locais estratégicos e com bastante visibilidade;
- informação afixada no quadro informativo (caso este exista): sobre organizações de apoio às pessoas LGBT+, a legislação em vigor e o código de conduta em vigor na instituição/comunidade escolar para as questões LGBT+.

**AMPLIANDO
HORIZONTES**
CAMINHANDO
LADO A LADO

/ IMPORTÂNCIA DO APOIO DA COMUNIDADE

Para as pessoas LGBT+ é muito importante saberem que podem contar com o apoio de aliados/as para além do apoio fundamental da sua família. Logo, o melhor que as comunidades onde se inserem (escolares, desportivas, associativas ou outras) podem fazer é demonstrar o seu apoio, de forma consistente e explícita. Sobretudo no caso de crianças e jovens, as pessoas mais próximas, são, para além da família, o elemento fundamental de suporte e de formação da sua personalidade.

É, por isso, importante que apoiem estas pessoas, munindo-se da informação necessária, de modo a estarem a par dos seus direitos para que os possam acionar e possam funcionar como aliados/as nas organizações a que pertencem. É também importante que, com base nessa informação, denunciem todas as situações de discriminação e de incumprimento da lei. Podem fazê-lo junto da AMPLOS, mas também junto de outras organizações (ver “Instituições de apoio e recursos”, pág. 76).

/ CAMINHANDO LADO A LADO

Ao longo do guia, avançamos respostas e indicações de ordem prática para algumas das questões colocadas pelas pessoas das instituições de ação comunitária e das comunidades escolares que, de forma voluntária, se prontificaram para colaborar neste projeto.

Tentámos ilustrar os desafios que os/as profissionais e voluntários/as podem ter que enfrentar na intervenção comunitária ou nas comunidades escolares no apoio a estas pessoas e suas famílias. A ideia principal que queremos deixar é que todos os problemas que possam surgir têm uma solução. Se centrar as energias na procura das soluções e no respeito pelos direitos das pessoas LGBT+, certamente não há desafio que não seja ultrapassado.

Desejamos-lhe uma boa caminhada lado a lado com as pessoas LGBT+ e com as suas famílias e nós continuaremos cá para caminhar lado a lado consigo.

**GUIA
DE BOLSO**
PARA
INTERVENIENTES
NA AÇÃO
COMUNITÁRIA
E ESCOLAR NO
APOIO A PESSOAS
LÉSBICAS, GAYS,
BISSEXUAIS
E TRANS*

Compilámos algumas indicações de ordem prática e medidas que pode adotar para demonstrar, de forma explícita, o seu apoio às pessoas lésbicas, gays, bissexuais e trans*:

Demonstre o seu respeito pela pessoa tal como ela é

Demonstre que respeita todas as orientações sexuais e identidades de género e que não trata as pessoas de forma desigual só porque têm uma orientação sexual fora da heterossexualidade ou uma identidade de género não cisgénero. Mesmo que para si possa parecer óbvia a garantia do respeito e do apoio, isso pode não o ser para as pessoas lésbicas, gays, bissexuais ou trans*.

Demonstre explicitamente que é um/uma aliado/a e alguém com quem se pode contar

Demonstrar publicamente o seu apoio a cada pessoa em particular também demonstra que é aliado/a da comunidade.

Esteja atento/a e saia em sua defesa, sempre que necessário

As pessoas lésbicas, gays e bissexuais ou trans* podem ser alvo de discriminação e preconceito. Como tal, deve manter-se atento/a aos sinais, para poder agir em sua defesa, caso venha a ser necessário.

Articule com a família, sobretudo no caso das pessoas mais novas

Sempre que necessário, e sobretudo no caso das pessoas mais novas, articule com a família a melhor maneira de apoiar as crianças e jovens LGBT+.

Procure informação acerca das questões LGBT+

Ao ler este guia já teve acesso a alguma informação. Contudo, pode sempre procurar mais informação e aprofundar os seus conhecimentos. Assim estará mais capacitado/a para a intervenção.

Use o novo nome

Geralmente, as pessoas trans* escolhem um novo nome, mais adequado ao género com que se identificam. É importante que respeite e use o nome que a pessoa escolheu. As pesquisas científicas têm demonstrado que usar o nome escolhido pode salvar vidas, uma vez que reduz o risco de depressão e ideação suicida.

Use os pronomes escolhidos pela pessoa

Respeite a forma como a pessoa quer ser tratada, deixando que esta lhe diga se prefere ser tratada no feminino, no masculino ou de forma neutra, e use os pronomes

adequados. No início pode parecer confuso e difícil, mas com a prática ultrapassará as dificuldades.

Trate o/a namorado/a ou companheiro/a da pessoa LGB como trataria se fosse um casal heterossexual e não por “amigo/a”

Os casais gays ou lésbicos devem ser tratados como qualquer outro casal. Como tal, ao falar, quer com as próprias pessoas quer com outras, deve referir-se ao par romântico usando exatamente a mesma terminologia que usaria noutras circunstâncias (namorado, namorada, marido, mulher ou esposa, nora, genro) ou pela forma como as próprias pessoas preferirem. Ao referir-se ao/à parceiro/a como sendo um/uma “amigo/a” é como se estivesse a ignorar ou a querer ocultar o relacionamento e o sentimento que une aquelas pessoas.

Não diga ou sequer insinue que se trata “apenas de uma fase”

Ao efetuar afirmações deste tipo, está, mesmo que involuntariamente, a transmitir a ideia de que a orientação sexual ou identidade de género dessa pessoa não é aceitável. Assim, mesmo no caso de pessoas mais jovens, o que deve fazer é demonstrar o seu apoio para que essa pessoa não encontre obstáculos no seu caminho de crescimento e descoberta.

Incentive a procura de apoio especializado, quando necessário

Em caso de necessidade, incentive a procura de apoio profissional especializado e/ou de apoio de pares (grupos formados por pessoas LGBT+). O apoio das pessoas significativas e o apoio especializado são um bom meio para combater o risco de estas pessoas desenvolverem problemas como a depressão e a ansiedade.

Procure apoio para agir

Apesar de todo o respeito que possa sentir pelas pessoas lésbicas, gays, bissexuais ou trans*, podem sempre surgir dificuldades em lidar com a situação e dúvidas sobre a melhor forma de agir. Estas dúvidas são naturais e o melhor a fazer é recorrer a colegas/profissionais especializados/as e às associações LGBT+.

Crie uma rede de apoio na sua organização

Para estruturar o apoio a estas pessoas, crie uma rede com outras organizações e agentes da comunidade. As associações LGBT+ e de famílias de pessoas LGBT+ devem ter aqui um lugar privilegiado e deverá existir um canal de comunicação facilitado sempre que seja necessário dar resposta a um caso concreto.

Adaptado de: Verywell Family (2020), *A Parent's Guide to the LGBTQ Community*, disponível em <https://www.verywellfamily.com/a-parents-guide-to-lgbtq-community-4783527>



GLOSSÁRIO

Assexual

Uma pessoa assexual não sente atração sexual, podendo, no entanto, experimentar outras formas de atração, de natureza romântica, estética ou sensual, que não incluem a necessidade de agir sexualmente sobre essa atração. Esta designação enquadra-se, no entanto, por uma questão de inclusão, na categoria de orientação sexual.

Atração

Atração romântica ou emocional é o desejo de se envolver romanticamente com outra pessoa. Atração sexual é o desejo de se envolver sexualmente com outra pessoa.

Bissexual

Uma pessoa bissexual sente atração emocional e/ou sexual por pessoas do mesmo género ou do género “oposto”.

Cis / cisgénero / cissexual

Uma pessoa cuja identidade de género coincide com o sexo que lhe foi atribuído à nascença.

Expressão de género

É a forma como uma pessoa representa socialmente o seu género (como se veste, age, se comporta e interage no mundo).

Gay

Uma pessoa gay é alguém que se define como do género masculino e sente atração emocional e/ou sexual por pessoas do seu género.

Género

Conjunto de características atribuídas ao feminino e ao masculino (aparência, preferências, papéis de género).

Género fluido

As pessoas de género fluido têm uma identidade e/ou expressão de género que é variável. Essa variação de identidade de uma pessoa de género fluido pode ocorrer no quotidiano ou em fases diferentes do seu ciclo de vida.

Género não binário

As pessoas de género não binário não se enquadram no binarismo masculino/feminino. Consequentemente, a sua atração emocional, sensual ou sexual é definida também de forma não binária, não se enquadrando na definição de homossexualidade ou de heterossexualidade.

Heterossexual

Uma pessoa heterossexual sente atração emocional e/ou sexual por pessoas de um género diferente do seu (masculino/feminino).

Homofobia / lesbofobia / bifobia

Discriminação, desprezo, preconceito, aversão a pessoas gays, lésbicas ou bissexuais.

Homossexual

Uma pessoa homossexual sente atração emocional e/ou sexual por pessoas do seu género (masculino/feminino).

Identidade de género

É a forma como cada pessoa se sente intimamente e se percebe quanto ao seu género, independentemente do sexo que lhe foi atribuído à nascença.

Intersexo

Pessoa que apresenta características sexuais (órgãos sexuais externos e/ou internos e/ou genes e/ou cromossomas e/ou hormonas) que não se enquadram nas definições tipificadas de corpos masculinos ou femininos.

Lésbica

Uma pessoa lésbica é alguém que se define como do género feminino e sente atração emocional e/ou sexual por pessoas do seu género.

LGBTI

Sigla para pessoas lésbicas, gays, bissexuais, trans e intersexo.

Orientação sexual

É a combinação da atração emocional e/ou sexual, e define-se de acordo com o género de quem experiencia e da pessoa a quem se dirige.

Pansexual

Uma pessoa pansexual sente atração emocional e/ou sexual por pessoas, independentemente do género de quem a experiencia e do género da pessoa a quem se dirige, sejam binárias ou não binárias.

Queer

Termo inclusivo de pessoas cujas orientações sexuais e/ou identidades e expressões de género não se enquadram nas socialmente dominantes, incluindo pessoas lésbicas, gays, bissexuais e trans*.

Sexo

Atribuído à nascença, e registado oficialmente, como masculino ou feminino, define-se com base na observação dos órgãos genitais (órgãos sexuais externos), mas também por referência a órgãos internos, genes, cromossomas e sistema hormonal. As expectativas sociais dominantes fazem coincidir o sexo atribuído à nascença com o género.

Trans*

É um termo inclusivo (abreviatura de transgénero), que engloba todas as identidades e/ou expressões de género que não coincidem com o sexo atribuído à nascença. Inclui pessoas que se identificam como transexuais, transgénero, de género fluido, não binárias, entre outras.

Transexual

Pessoas que não se identificam com o género atribuído à nascença e que se identificam inteiramente com o género “oposto”, e assim desejam viver. Frequentemente, sentem desconforto em relação a aspetos da sua anatomia e procuram apoio (hormonal e/ou cirúrgico) para a sua transição de género.

Transfobia

Discriminação, desprezo, preconceito, aversão a pessoas em função da sua identidade e/ou expressão de género.

Transgénero / trans / pessoas transgénero / pessoas trans

Refere-se a pessoas que não se identificam com o género atribuído à nascença.

Transição de género

É o processo de apresentação social de género de uma pessoa trans* de acordo com o sentimento íntimo de identidade de género.



LEGISLAÇÃO

O princípio da igualdade e os direitos das pessoas trans* estão salvaguardados por lei, pelo que apresentamos de seguida a legislação que consideramos mais significativa para que esteja devidamente informado/a e a possa fazer valer.

/ CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA PORTUGUESA

O artigo 13.º da Constituição que define o “princípio da igualdade” determina que:

1 - *Todos os cidadãos têm a mesma dignidade social e são iguais perante a lei.*

2 - *Ninguém pode ser privilegiado, beneficiado, prejudicado, privado de qualquer direito ou isento de qualquer dever em razão de ascendência, sexo, raça, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica, condição social ou orientação sexual.*

/ LEI N.º 38/2018, DE 7 DE AGOSTO

Estabelece o direito à autodeterminação da identidade de género e expressão de género e o direito à proteção das características sexuais de cada pessoa.

O que significa?

Significa que as pessoas têm o direito de decidir o seu género e a forma como se querem chamar e mostrar aos outros, podendo ou não efetuar alterações ao seu corpo.

Significa que ninguém pode ser discriminado por exercer o seu direito à autodeterminação e expressão de género, ou à proteção das suas características sexuais e que todas as entidades (públicas e privadas) são obrigadas a respeitar esse direito.

Quem pode recorrer a esta lei e como o deve fazer?

Podem reclamar este direito (sem qualquer custo):

- Todas as pessoas de nacionalidade portuguesa, maiores de idade (não interditas ou inabilitadas por anomalia psíquica) cuja identidade de género não corresponda ao sexo atribuído à nascença.

Para o efeito devem apresentar um requerimento, em qualquer conservatória do registo civil, com indicação do número de identificação civil e do nome próprio pelo qual querem passar a ser identificados/as. Podem ainda solicitar a realização de novo assento de nascimento, sem qualquer referência à mudança de identidade.

- Todas as pessoas de idade compreendida entre os 16 e os 18 anos, cuja identidade de género não esteja conforme com o sexo/género atribuído à nascença.

- No caso das pessoas com 16 e 17 anos, o requerimento deve ser efetuado através dos/das seus/suas representantes legais (com assinatura presencial) fazendo-se acompanhar de um relatório (emitido por qualquer médico/a ou psicólogo/a, desde que devidamente inscritos/as nas respetivas ordens), atestando que aquele/a jovem se encontra na plena posse das suas capacidades de tomada de decisão e que expressou a sua vontade de forma livre, esclarecida e informada. O/a conservador/a irá ouvir (presencialmente) o/a menor, para garantir o seu consentimento.

- No prazo de 8 dias úteis (a contar da data de apresentação do requerimento e verificação dos requisitos), o/a conservador/a efetua a solicitada alteração. As pessoas passam então a ser reconhecidas, nos seus documentos de identificação, com o nome e o género solicitados, pelo que devem efetuar a atualização do seu cartão de cidadão no prazo máximo de 30 dias (a contar do averbamento).

O que mais contempla esta lei?

Esta lei garante também:

- O direito a poder efetuar, no Serviço Nacional de Saúde, caso as pessoas assim o pretendam, os tratamentos e as intervenções cirúrgicas necessárias para adequar os seus corpos à sua identidade de género.

- A obrigação do sistema de ensino (público e privado) adotar todas as medidas necessárias para a promoção do direito à autodeterminação e expressão de género e proteção das características sexuais das pessoas.

/ DESPACHO N.º 7247/2019, DE 16 DE AGOSTO

Estabelece a forma como os estabelecimentos de ensino devem garantir esses direitos. Deixamos aqui alguns exemplos:

Prevenção e promoção da não discriminação:

Promover ações de sensibilização para toda a comunidade escolar e disponibilizar a informação necessária, garantindo que a escola seja um local de liberdade e respeito, livre de preconceito, discriminação ou agressão.

Mecanismos de deteção e intervenção:

A escola deve estar atenta e deve estabelecer canais de comunicação e pessoas responsáveis a quem possa ser comunicada a situação de crianças ou jovens trans*. Após ter conhecimento da situação, deverá agir em articulação com pais/mães e encarregados/as de educação ou representantes legais para reunir informação, identificar necessidades e definir formas de atuar com vista a garantir o bem-estar e o desenvolvimento saudável da criança ou jovem.

Condições de proteção da identidade de género e de expressão:

No caso de existirem crianças e jovens que realizem transições sociais de identidade e expressão de género (assumam nome e género diferente do atribuído à nascença) os estabelecimentos de ensino devem:

- Efetuar a mudança nos documentos administrativos, com o nome e/ou género autoatribuído, assim como em todos os documentos com exposição pública (por exemplo: fichas de registo de avaliação), mantendo confidencialidade sobre os dados anteriormente registados e garantindo que todos os procedimentos respeitam a vontade expressa dos pais/mães e encarregados/as de educação ou representantes legais da criança ou jovem.
- Emitir orientações para adoção de práticas que não sejam discriminatórias, tais como: respeitar o nome escolhido em todas as atividades escolares e extraescolares; garantir que, em atividades diferenciadas por género, as crianças e jovens possam optar por participar naquelas com que sentem maior identificação; respeitar a escolha de vestuário efetuada pela criança ou jovem (mesmo nos casos em que exista uniforme diferenciado por género).
- Permitir o acesso à casa de banho e balneário escolhido pela criança ou jovem, assegurando a sua intimidade e singularidade.

Formação:

As escolas devem promover a organização de ações de formação que incentivem práticas inclusivas e o respeito pela diversidade de identidade e expressão de género para o pessoal docente e não docente (com vista à diminuição de estereótipos e de comportamentos discriminatórios).

Confidencialidade:

As escolas devem garantir a confidencialidade dos dados dos/das jovens que realizem o processo de transição de género.

/ LEI N.º 51/2012, DE 5 DE SETEMBRO ESTATUTO DO ALUNO E ÉTICA ESCOLAR

O Estatuto do Aluno e Ética Escolar estabelece os direitos e os deveres do/da aluno/a dos ensinos básico e secundário e o compromisso dos pais ou encarregados de educação e dos restantes membros da comunidade educativa na sua educação e formação. O *artigo 7.º relativo aos direitos do aluno* refere que:

1 - O aluno tem direito a:

a) *Ser tratado com respeito e correção por qualquer membro da comunidade educativa, não podendo, em caso algum, ser discriminado em razão da origem étnica, saúde, sexo, orientação sexual, idade, identidade de género, condição económica, cultural ou social ou convicções políticas, ideológicas, filosóficas ou religiosas;*

/ CÓDIGO DO TRABALHO - LEI N.º 7/2009, DE 12 DE FEVEREIRO

O artigo 24.º que determina o *direito à igualdade no acesso a emprego e no trabalho*, estabelece que:

1 - *O trabalhador ou candidato a emprego tem direito a igualdade de oportunidades e de tratamento no que se refere ao acesso ao emprego, à formação e promoção ou carreira profissionais e às condições de trabalho, não podendo ser privilegiado, beneficiado, prejudicado, privado de qualquer direito ou isento de qualquer dever em razão, nomeadamente, de ascendência, idade, sexo, orientação sexual, identidade de género, estado civil, situação familiar, situação económica, instrução, origem ou condição social, património genético, capacidade de trabalho reduzida, deficiência, doença crónica, nacionalidade, origem étnica ou raça, território de origem, língua, religião, convicções políticas ou ideológicas e filiação sindical, devendo o Estado promover a igualdade de acesso a tais direitos.*

/ CÓDIGO PENAL – DECRETO-LEI N.º 48/95, DE 15 DE MARÇO

Crimes de ódio são motivados por fatores de discriminação (como a orientação sexual e a identidade de género, entre outros). A grande marca deste tipo de crime é o facto de serem praticados com o intuito de atingir todo um grupo que partilhe essas características (apesar de poderem ser praticados junto de uma só pessoa) este, representa em si, uma mensagem de ódio e de disseminação da insegurança e do medo.

Na legislação portuguesa, os crimes com incitamento ao ódio estão contemplados na lei e sujeitos a penas de prisão. O artigo 240.º do Código Penal, relativo à *discriminação e incitamento ao ódio e à violência* determina que:

1 – Quem:

a) *fundar ou constituir organização ou desenvolver atividades de propaganda organizada que incitem à discriminação, ao ódio ou à violência contra pessoa ou grupo de pessoas por causa da sua raça, cor, origem étnica ou nacional, ascendência, religião, sexo, orientação sexual, identidade de género ou deficiência física ou psíquica, ou que a encorajem; ou*

b) *participar na organização ou nas atividades referidas na alínea anterior ou lhes prestar assistência, incluindo o seu financiamento;*
é punido com pena de prisão de 1 a 8 anos.

2 – Quem, publicamente, por qualquer meio destinado a divulgação, nomeadamente através da apologia, negação ou banalização grosseira de crimes de genocídio, guerra ou contra a paz e a humanidade:

a) *provocar atos de violência contra pessoa ou grupo de pessoas por causa da sua raça, cor, origem étnica ou nacional, ascendência, religião, sexo, orientação sexual, identidade de género ou deficiência física ou psíquica;*

b) *difamar ou injuriar pessoa ou grupo de pessoas por causa da sua raça, cor, origem étnica ou nacional, ascendência, religião, sexo, orientação sexual, identidade de género ou deficiência física ou psíquica;*

c) ameaçar pessoa ou grupo de pessoas por causa da sua raça, cor, origem étnica ou nacional, ascendência, religião, sexo, orientação sexual, identidade de género ou deficiência física ou psíquica; ou

d) incitar à violência ou ao ódio contra pessoa ou grupo de pessoas por causa da sua raça, cor, origem étnica ou nacional, ascendência, religião, sexo, orientação sexual, identidade de género ou deficiência física ou psíquica;
é punido com pena de prisão de 6 meses a 5 anos.

E se não respeitarem a lei?

Em caso de desrespeito da lei, as pessoas lesadas podem agir judicialmente, com recurso ao tribunal ou a meios de resolução alternativa de litígios. As pessoas lesadas por atos discriminatórios têm direito a uma indemnização (fixada pelo tribunal) por danos patrimoniais e não patrimoniais e não podem sofrer retaliações por terem apresentado reclamação, queixa ou denúncia das situações discriminatórias.

/ CÓDIGO CIVIL – LEI N.º 9/2010, DE 31 DE MAIO

É a lei que permite o casamento civil entre pessoas do mesmo sexo.

A Assembleia da República decreta, nos termos da alínea c) do artigo 161.º da Constituição, o seguinte:

Objeto

Artigo 1.º

A presente lei permite o casamento civil entre pessoas do mesmo sexo.

Artigo 2.º

Alterações ao regime do casamento

Os artigos 1577.º, 1591.º e 1690.º do Código Civil passam a ter a seguinte redação:

«Artigo 1577.º

[...]

Casamento é o contrato celebrado entre duas pessoas que pretendem constituir família mediante uma plena comunhão de vida, nos termos das disposições deste Código.

/ CÓDIGO CIVIL – LEI N.º 2/2016, DE 29 DE FEVEREIRO

Elimina as discriminações no acesso à adoção, apadrinhamento civil e demais relações jurídicas familiares.

A Assembleia da República decreta, nos termos da alínea c) do artigo 161.º da Constituição, o seguinte:

Artigo 1.º

Objeto

A presente lei elimina as discriminações no acesso à adoção, apadrinhamento civil e demais relações jurídicas familiares.

Artigo 3.º

Alteração à Lei n.º 9/2010, de 31 de maio - Os artigos 3.º e 5.º da Lei n.º 9/2010, de 31 de maio, que permite o casamento civil entre pessoas do mesmo sexo, passam a ter a seguinte redação:

Artigo 3.º

[...]

1 - *O regime introduzido pela presente lei implica a admissibilidade legal de adoção, em qualquer das suas modalidades, por pessoas casadas com cônjuge do mesmo sexo.*

2 - *Nenhuma disposição legal ou regulamentar em matéria de adoção pode ser interpretada em sentido contrário ao disposto no número anterior.*

Artigo 5.º

[...]

Todas as disposições legais relativas ao casamento, adoção, apadrinhamento civil e outras relações jurídicas familiares devem ser interpretadas à luz da presente lei, independentemente do sexo dos cônjuges.

/ CÓDIGO CIVIL – LEI N.º 32/2006, DE 26 DE JULHO

Procriação medicamente assistida (PMA)

Alterado pelo artigo 2.º da Lei n.º 25/2016 – *Diário da República* n.º 160/2016, série I de 2016-08-22, em vigor a partir de 2016-09-01

Artigo 6.º

Beneficiários

1 - *Podem recorrer às técnicas de PMA os casais de sexo diferente ou os casais de mulheres, respetivamente casados ou casadas ou que vivam em condições análogas às dos cônjuges, bem como todas as mulheres independentemente do estado civil e da respetiva orientação sexual.*



INSTITUIÇÕES DE APOIO E RECURSOS

/ APOIOS INSTITUCIONAIS E ASSOCIATIVOS

AMPLOS – Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e de Identidade de Género

A AMPLOS propõe-se desenvolver ações que fomentem o respeito pela diversidade de orientação sexual e identidade de género; programas de informação e de apoio a mães, pais e familiares de pessoas LGBTI; programas de participação cidadã pelas causas LGBTI; ações tendentes à eliminação de obstáculos de ordem jurídica que limitem a igualdade de direitos de pessoas LGBTI; ações de aconselhamento dirigidas a pais e familiares e conducentes à aceitação e integração de pessoas LGBTI, na família e na sociedade, assim como em ambiente laboral, comunitário e escolar.

- Encontros de pais e mães de pessoas LGBTI+

Dinamizados regularmente de famílias para famílias, pretendem ser espaços de acolhimento, de partilha de experiências, de conhecimentos e de recursos.

www.amplos.pt

www.facebook.com/Amplos-963469597030557

www.facebook.com/amplosporto

www.instagram.com/amplos.bo

E-mail: amplos.bo@gmail.com

amplos.bo.porto@gmail.com

Telefone: geral – 918 820 063 / Porto – 913 814 884

CIG – Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género

É o organismo nacional responsável pela Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não Discriminação, que define objetivos estratégicos e específicos em matéria de não discriminação em razão do sexo e igualdade entre mulheres e homens, de prevenção e combate a todas as formas de violência contra as mulheres, violência de género e violência doméstica e de combate à discriminação em razão da orientação sexual, identidade e expressão de género, e características sexuais.

www.cig.gov.pt/

www.facebook.com/cig.comissao

www.instagram.com/cig_igualdade/

API — Ação pela Identidade

Intervenção transexual e intersexo

www.apidentidade.pt

www.facebook.com/apidentidade

www.instagram.com/apidentidade

E-mail: associacaopelaidentidade@gmail.com

Telefone: 965 597 475

Associação Plano I

Promoção da igualdade e inclusão

www.associacaoplanoi.org

www.facebook.com/associacaoplanoi

www.instagram.com/associacaoplanoi

Serviços e contactos

Centro GIS

Centro de Respostas à população LGBTI

- Apoio psicológico 24h;
- Atendimento a vítimas de violência doméstica;
- Consultas de psicologia, psiquiatria, terapia hormonal e apoio jurídico;
- Grupo terapêutico para pessoas trans e não binárias;
- Encaminhamento e articulação com outras estruturas e apoio em situações de necessidades específicas de carência alimentar ou medicamentosa.

www.facebook.com/CentroGis

www.instagram.com/centro_gis

E-mail: gis@associacaoplanoi.org

Telefone: 966 090 117

Localização: Rua de Brito Capelo, 223, loja 40, 4450-067 Matosinhos

Casa Arco-Íris

Casa de acolhimento de emergência para pessoas LGBTI vítimas de violência doméstica

- Acolhimento de emergência a pessoas LGBTI vítimas de violência doméstica;
- Consultas de psicologia, psiquiatria e apoio jurídico às pessoas acolhidas;
- Serviços assegurados pela CAAI a pessoas que cessaram acolhimento: encaminhamento, articulação com outras estruturas e apoio em situações de necessidades específicas de carência alimentar ou medicamentosa.

Brasoar – Associação Prevenção e Ação em Rede

Promoção da igualdade, da intervenção social e da inclusão

www.brasoar.pt/

www.facebook.com/Brasoar-Associação-Prevenção-e-Ação-em-Rede-829116023790694

www.instagram.com/brasoar

Telefone: 930 540 190

Caleidoscópio LGBT

Coletivo de ativistas que apoia as pessoas e causas LGBT

www.caleidoscopiolgbt.org

www.facebook.com/caleidoscopiolgbt

www.instagram.com/caleidoscopiolgbt

Casa Qui

Centro de respostas LGBTI

Serviços e contactos

Gabinete de Apoio à Vítima para Juventude LGBTI

Apoio, de forma gratuita, psicológico, jurídico, psicossocial e na área da empregabilidade a jovens, dos 16 aos 30 anos, vítimas de violência familiar, de violência no namoro/na intimidade, de violência em contexto escolar e em situação de crise ou vulnerabilidade.

ReAJo – Resposta de Autonomização para Jovens LGBTI

Apoio para a concretização de um projeto de autonomia de vida, a jovens dos 16 aos 23 anos, vítimas de violência familiar ou em situação sem-abrigo, através de um apartamento de autonomização.

Clínica Social

Serviço aberto à população, de todas as idades, que oferece consultas de psicologia, psiquiatria e pedopsiquiatria, especializadas nos temas LGBTI, a preços sociais.

Consultoria e Formação de Públicos Estratégicos

Sobre crianças e jovens LGBTI e sobre violência doméstica em casais do mesmo sexo.

www.casa-qui.pt/

www.facebook.com/casa.qui.associacao

www.instagram.com/casaqui_

E-mail: geral@casa-qui.pt

Telefone: 960 081 111

Morada: Casa da Cidadania do Lumiar, Largo das Conchas 1 | 1750-155 – Lisboa

Clube Safo

Organização de defesa dos direitos de lésbicas

www.clubesafo.pt/

www.facebook.com/ClubeSafo

www.instagram.com/clube_safo

E-mail: geralclubesafo@gmail.com

GAF – Gabinete de Apoio à Família

Promoção da igualdade e inclusão

www.gaf.pt/pt

www.facebook.com/gabineteatendimentofamilia

E-mail: geral@gaf.pt

Telefone: 258 829 138

IA – Identidades e Afetos

Trabalham as questões de género e sexualidade

www.identidadeseafectos.com/

www.facebook.com/Identidades-e-afectos

E-mail: identidadeseafectos@gmail.com

Telefone: 912 282 457

ILGA Portugal

Intervenção LGBTI

www.ilga-portugal.pt/

www.facebook.com/ilgaporugal

www.instagram.com/ilgaporugal

E-mail: ilga@ilga-portugal.pt

Telefone: 969 367 005 | 218 873 918

Serviços e contactos

Linha de informação e apoio para questões LGBTI

Telefone: 218 873 922 | 969 239 229

Apoio psicológico

E-mail: sap@ilga-portugal.pt

Telefone: 927 247 468

Apoio à vítima LGBTI

E-mail: sav@ilga-portugal.pt

Telefone: 927 247 468

Integração social

E-mail: sis@ilga-portugal.pt

Apoio jurídico

E-mail: juridico@ilga-portugal.pt

GRIT – Grupo de Reflexão e Intervenção Trans da ILGA Portugal

Grupo de interesse da associação ILGA Portugal, que luta pelos direitos legais, clínicos e sociais da população trans.

Grupo de Encontro e Partilha

Dinamizado periodicamente por/para pessoas trans, não binárias ou em questionamento identitário.

E-mail: grit@ilga-portugal.pt

It Gets Better Portugal

Promoção dos direitos humanos, defesa, apoio e integração social de jovens LGBTI e apoiantes

www.itgetsbetter.pt

www.facebook.com/Itgetsbetterpt

www.instagram.com/itgetsbetterpt

E-mail: geral@tudovaimelhorar.org | info@itgetsbetter.org

Telefone: 911 120 199

LGBTI Viseu

Promoção dos direitos humanos e intervenção LGBTI

www.lgbtiviseu.wixsite.com/lgbtnews

www.facebook.com/lgbtiviseu

www.instagram.com/lgbtiviseu

E-mail: lgbtiviseu@gmail.com

Opus Diversidades

Defesa e promoção dos direitos humanos da comunidade LGBTI+ e migrantes

www.opusdiversidades.org

www.facebook.com/opusdiversidades

www.instagram.com/opusdiversidades

E-mail: geral@opusdiversidades.org

Telefone: 924 467 485

Serviços e contactos

Gabinete de Apoio Psicossocial

Reencaminhamentos para serviços relevantes, incluindo apoio a vítimas de violência doméstica, LGBTIfobia, imigração e seniores.

E-mail: consultorio.lisboa@opusgay.org

Casa de Acolhimento

Casa de Acolhimento Temporário de Emergência (CATE) recebe pessoas em situação de desproteção e vulnerabilidade que necessitam de apoio social.

Panteras Rosa

Frente de Combate à LesBiGayTransfobia

www.panterasrosa.blogspot.com

www.facebook.com/Panteras-Rosa-167629923258311

rede ex aequo

Rede de apoio e ativismo para jovens LGBTI e apoiantes

www.rea.pt

www.facebook.com/redeexaequo

www.instagram.com/redeexaequo/

E-mail: geral@rea.pt

Telefone: 968 781 841

TransMissão: Associação Trans e Não-Binária

Defesa dos direitos e da autodeterminação das pessoas trans e não binárias

www.transmissao.pt

www.facebook.com/TransMissaoATNB

www.instagram.com/trans.missao

***E-mail:* transmissao.associacao@gmail.com**

/ RECURSOS

NOTÍCIAS

Dezanove

Notícias e cultura LGBT em português

www.dezanove.pt

www.facebook.com/dezanove

www.instagram.com/dezanovept/

EsGrever

Pluralidade, Diversidade e Inclusão LGBTI

www.esgrever.com

www.facebook.com/esgrever

E-mail: geral@esgrever.com

PortugalGay.pt

Noticias LGBTI

www.portugalgay.pt

www.facebook.com/portugalgay

www.instagram.com/portugal.gay

E-mail: info@portugalgay.pt

LIVROS



Guia para Famílias de Pessoas Trans* AMPLOS



Guia para Famílias de Pessoas LGB+ AMPLOS



Guia para Famílias de Crianças com Papéis e Comportamentos de Género Diverso AMPLOS/IAC



Guia para Profissionais de Educação sobre Diversidade de Expressões de Género na Infância AMPLOS/IAC



Amar Incondicionalmente Henrique Pereira AMPLOS



A minha família é a melhor do mundo. E a tua? Sofia Neves e Joana Miranda Editor: Fonte da Palavra



Come to the rainbow school
Guia para professor@s
inclusiv@s E-book
elaborado pela IT GETS
BETTER PORTUGAL
Disponível em:
www.itgetsbetter.pt/



Dossiê de linguagem neutra e inclusiva Pri Bertucci Editora: Instituto [SSEX BBOX] [DIVERSITY BBOX]



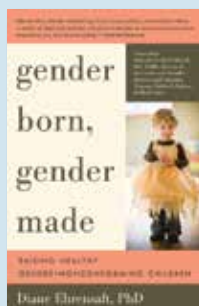
Educar para a Diversidade

Um guia para professor@s sobre orientação sexual e identidade de género
Elaborado pela rede ex aequo
Disponível em:
www.rea.pt/guia-docentes/



(des)orientação Assumir é o caminho?

João Galdes
Editor:
Chiado Books



Gender Born, Gender Made

Diane Ehrensaft
Editora: The Experiment



Guia sobre Saúde e Leis Trans em Portugal

Elaborado pela rede ex aequo
Disponível em:
www.rea.pt/guia-trans/



Homoparentalidades: perspetivas psicológicas

Jorge Gato
Editora:
Edições Almedina



Infancia y transexualidad

Juan Gavilán
Editora: Catarata



Joana Princesa

Jananina Leslão
Editora: Metanoia

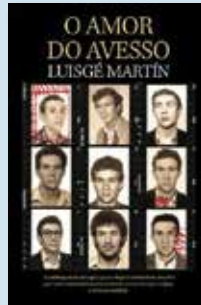


Maria-Rapaz, Manel-Rapariga, Preto no Branco, Girafa ou Formiga

Tânia Paais
Editora: Alfarroba



Menino Menina
Joana Estrela
Editora: Planeta Tangerina



O amor do avesso
Luisgé Martín
Editora:
Porto Editor



O azul é uma cor quente
Julie Maroh
Editora:
Arte de Autor



O Coração de Simon contra o Mundo
Becky Albertalli
Editora:
Porto Editora



O Jaime é Uma Sereia
Jessica Love
Editora: Fábula



O Jaime no Casamento
Jessica Love
Editora: Fábula



Oliver Button é Uma Menina
Tomie Depaola
Editora: Kalandraka



O Sexo Inútil
Ana Zanatti
Editor:
Sextante Editora



Os Vestidos do Tiago
Joana Estrela
Editora: Sapata Press



Ser Quem Sou
Margarida Fonseca Santos
Editora: Booksmile

DOCUMENTÁRIOS E TESTEMUNHOS



A Secret Love (Secreto e proibido)
Um documentário de Chris Bolan



Generation
Um documentário de Monika Treut



Homossexualidade
Disponível no YouTube
Canal: Drauzio Varella



Isaac: Trans e o Homem "Não-Verdadeiro"
Testemunhos
Disponível no canal de YouTube #SÓQNÃO



Já melhorou
Disponível na página
da It Gets Better
Portugal



**João: Gay e sempre
Histrionico**
Disponível no canal de
YouTube #SÓQNÃO



**Nasci gay
- a descoberta**
Um documentário de
Vicky Cooper



Petite fille
Realizador:
Sébastien Lifshitz



(Sobre)Vivências
Autoria: Grupo de
Pesquisa Psicologia e
Educação - Tecno-
poéticas
Disponível no YouTube



T Guys Cuddle Too
Canal do YouTube



**Trans e intersexo
#Direitoaser**
Campanha da CIG



Vamos Falar?
Testemunhos de famílias
Disponível na página da
It Gets Better Portugal

FILMES



**A Kid like Jake
(Uma Criança como Jake)**
Um filme de
Silas Howard



Alex Strangelove
Um filme de
Craig Johnson



**Call Me by Your Name
(Chama-me pelo Teu
Nome)**
Um filme de
Luca Guadagnino



Carol
Um filme de
Todd Haynes



First Girl I Loved
Um filme de
Kerem Sanga



Girl
Um filme de
Lukas Dhont



Happiest Season
Um filme de
Clea Du Vall



**Laurence Anyways
(Laurence para
Sempre)**
Um filme de
Xavier Dolan



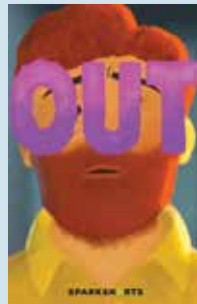
**Love Is All You Need
(Mundo ao Contrário)**
Curta-metragem
Autoria:
Kim Rocco Shields



Ma Vie en Rose
Um filme de
Alain Berliner



Moonlight
Um filme de
Barry Jenkins



Out (Sair)
Uma curta-metragem
de Steven Hunter



**Pride
(Orgulho e esperança)**
Um filme de Matthew
Warchus



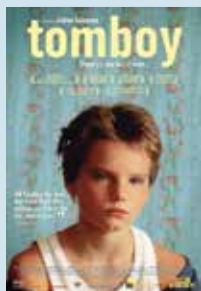
**Salir del Ropero (A
Avó Saiu do Armário)**
Um filme de
Ángeles Reiné



**The Kids Are Alright
(Os Miúdos Estão
Bem)**
Um filme de
Lisa Cholodenko



Transhood
Um filme de
Sharon Liese



Tomboy
Um filme de
Céline Sciamma



Tyler
Autoria de Joel Junior

SÉRIES



Euphoria
Autor: Sam Levinson



It's a Sin
Minissérie de
Russel Davies



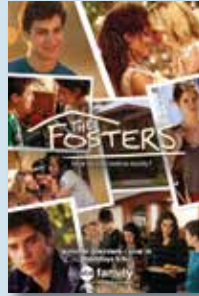
Pose
Autores: Steven Canals;
Ryan Murphy; Brad Falchuk



Queer as folk
Autores: Ron Cowen
e Daniel Lipman



Sex Education
 Autora: Laurie Nunn



**The Fosters
 (Família de Acolhimento)**
 Autores: Peter Paige;
 Bradley Bredeweg

VÍDEOS



Hollysiz - The Light
 Artista: Cécile Cassel
 Álbum: My Name Is



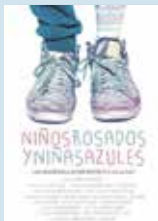
How to Be a Girl
 Autora: Marlo Mack



Love Has No Labels
 Campanha sobre
 diversidade e inclusão



My Princess Boy
 Autora: Cheryl Kilodavis



**Niños Rosados
 y Niñas Azules**
 Autor: José Retamal



Para Lá do Arco-Íris
 Canal do YouTube



AGRADECIMENTOS

/ AGRADECIMENTOS

Às pessoas que um dia sonharam a AMPLOS e a todas as outras que durante anos contribuíram para o seu crescimento, fazendo da AMPLOS o que hoje é.

À CIG, pelo apoio na viabilização deste projeto. Às mães que se empenharam e dispensaram parte do seu tempo para ajudarem na revisão de conteúdo dos guias.

Ao professor doutor Jorge Gato, pela generosa colaboração na revisão dos conteúdos.

Às/aos participantes no projeto, pela disponibilidade para colaborarem nos *focus groups* e por terem partilhado connosco as suas experiências de trabalho no terreno, as suas dificuldades e necessidades, contribuindo para o enriquecimento deste trabalho. Muito, muito obrigado.

Contactos:

Morada:

Rua Conde Arnoso 5-B 1700-112 Lisboa

Telefone:

Geral – 918820063

Porto – 913814884



Cofinanciado por:

