



**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL** 

AMNISTIA.PT/MARATONA

MARATONA DE CARTAS

2022

A SUA ASSINATURA TEM MAIS PODER DO QUE IMAGINA: ELA SALVA VIDAS

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

O ano de 2022 trouxe-nos novos desafios, receios e incertezas quanto ao futuro. No entanto, trouxe-nos também, e sobretudo, uma enorme vontade de agir face às injustiças com que fomos confrontados.

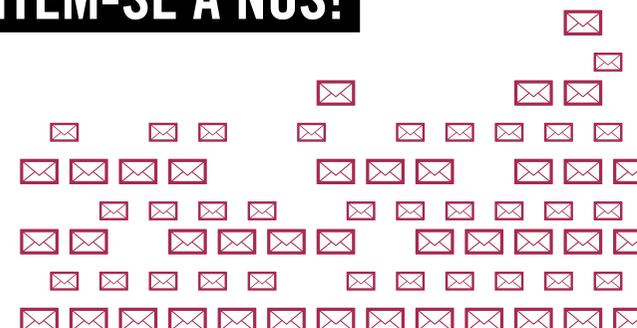
Ao longo dos últimos meses dezenas de milhares de pessoas assinaram as petições da Amnistia Internacional, juntaram-se às nossas ações digitais e de rua, partilharam as nossas informações e aceitaram fazer parte deste movimento que conta já com mais de 10 milhões de pessoas. E, nesse contexto, a última edição da Maratona de Cartas não foi exceção: em todo o mundo, contaram-se mais de 4 milhões e meio de ações, quase 130.000 assinaturas só de Portugal dirigidas às autoridades dos países selecionados e mais de 4.000 mensagens de solidariedade para cada uma das pessoas visadas.

Além disso, foram organizados eventos online com Germain Rukuki (Maratona de

Cartas 2020), Janna Jihad, Isabel Matzir (parceira de Bernardo Caal Xol) e Bernardo Caal Xol, foram feitas ações de rua com projeções, dezenas de sessões de educação para os direitos humanos, entrevistas, ações de sensibilização com jornalistas, eventos e muitas outras ações de ativismo com centenas de pessoas por todo o país.

Chegou o momento de nos unirmos novamente e de agir para fazer a diferença. E, para isso, todas as assinaturas contam.

JUNTEM-SE A NÓS!



O QUE É A MARATONA DE CARTAS?

**A MARATONA DE CARTAS É O MAIOR EVENTO
DE DIREITOS HUMANOS ORGANIZADO PELA
AMNISTIA INTERNACIONAL**

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**

AMNISTIA.PT/MARATONA

Nos últimos meses de cada ano e com especial ênfase no mês de dezembro, mobilizamos milhões de pessoas em todo o mundo para que atuem em defesa de pessoas e comunidades em risco.

Os casos selecionados são previamente investigados, monitorizados e acompanhados pela Amnistia Internacional. Após a sua divulgação, milhões de pessoas aceitam fazer frente à injustiça e atuam para um mundo mais justo: assinam petições, escrevem cartas de solidariedade, organizam eventos e juntam-se ao nosso movimento.

A Maratona de Cartas irá decorrer em Portugal de 1 de novembro de 2022 até 31 de janeiro de 2023.

COMO FUNCIONA?

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

1

A Amnistia Internacional seleciona um conjunto de casos de pessoas ou comunidades em risco.

2

Pessoas, em todo o mundo, assinam petições online sobre esses casos, organizam eventos, enviam mensagens, escrevem cartas de solidariedade, partilham informação nas redes sociais sobre cada um ou fazem donativos.

3

Com estas ações, apoiam este conjunto de pessoas que foram perseguidas, ameaçadas ou presas injustamente.

4

Após esse período de ativismo, a Amnistia Internacional envia todos os milhares de assinaturas e cartas de solidariedade aos respetivos destinatários de cada caso, fazendo pressão para que as violações de direitos humanos identificadas em cada um terminem.

5

Com essas ações tem sido possível mudar leis, libertar pessoas, defender o ambiente e sensibilizar para os direitos humanos!

E juntos, ao longo das últimas décadas, temos consigo fazer tudo isto com sucesso.

COMO PARTICIPAR?

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

É MUITO SIMPLES!

- 1** Assinar os casos da Maratona de Cartas em:
WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA*
Não se esqueça que será sempre necessário ter o número do seu Cartão de Cidadão consigo.
- 2** Divulgar a Maratona de Cartas a toda a sua rede de amigos e familiares. Cada assinatura poderá fazer a diferença!
- 3** Chegue ainda mais longe e organize um evento de recolha de assinaturas! Poderá receber alguns materiais de apoio por correio, como cartazes sobre a Maratona e/ou sobre cada um dos casos. Pode ainda utilizar alguns dos materiais que disponibilizamos em formato digital e que estão disponíveis para download.

Encontra toda esta informação disponível em

WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

*(Qualquer pessoa pode assinar. Os/as participantes menores de idade deverão apenas assinar mediante autorização prévia dos seus representantes legais.)

Pode consultar a nossa “Política de Privacidade” que define os termos em que a organização trata os dados pessoais recolhidos e que informa sobre as medidas adotadas quanto à segurança dos dados em www.amnistia.pt/politica-privacidade-dados.

AÇÕES E EVENTOS

A Maratona de Cartas decorre sobretudo através do ativismo digital (por questões de maior transparência, rigor e sustentabilidade ambiental) e, por isso, a sua promoção pode decorrer de várias formas!

ALGUMAS IDEIAS

- **Enviar um e-mail** a toda a lista de contactos do seu local de trabalho, para que assinem em defesa dos casos visados;
- Promoção de um **momento de ativismo** num jantar de aniversário em que todos assinam em defesa dos casos visados;
- Criação de uma **banca de informação** sobre este projeto, mobilizando mais pessoas a assinarem;
- Solicitar uma **sessão de educação para os direitos humanos** (pode solicitar uma **AQUI**);
- **Ação de *teambuilding*** no local de trabalho, por exemplo por altura da época das festividades em dezembro;
- **Enviar uma mensagem** a todos os seus contactos para que assinem;
- Envolvimento de **escolas e universidades**;
- Partilhar nas **redes sociais**.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Surpreendam-nos e façam-nos chegar os registos fotográficos das vossas ações para

ATIVISMO@AMNISTIA.PT !

A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES

A participação de milhares de jovens na Maratona de Cartas é uma das nossas maiores forças. Para além da assinatura das petições, podem tornar-se verdadeiros agentes de mudança, incentivando e desafiando outras pessoas a agirem também.

Por isso, para todos os jovens que querem mudar o mundo e chegar ainda mais longe, criámos uma simples dinâmica de jogo para que mobilizem ainda mais pessoas a agir, dentro e fora da comunidade escolar.

COMO FUNCIONA?

- 1** No formulário de pedido de material, na resposta à pergunta sobre que tipo de evento está a organizar, basta que assinale a opção “num estabelecimento de ensino e queremos participar no concurso entre escolas”.
- 2** Receberá um código, exclusivo, atribuído à sua entidade escolar. O código será enviado por correio, escrito num dos cartazes, em conjunto com os materiais que solicitar.
- 3** Incentive todas as pessoas que conhece a assinarem em:
WWW.AMNIStIA.PT/MARATONA
Inserindo o código que recebeu no campo indicado para esse efeito, no formulário de assinatura da petição.
- 4** Todas as participações que forem feitas com esse código contarão para a contagem da recolha de assinaturas da sua entidade.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Profissão

Código da Escola Para o Concurso

← VOLTAR

ASSINAR →

[Termos e Condições](#)

A divulgação e inserção do código é fundamental para que as assinaturas sejam contabilizadas para o seu estabelecimento de ensino. Pode contactar-nos para saber quantas assinaturas já foram recolhidas com esse código, basta escrever para o ativismo@amnistia.pt.



CARTAS DE SOLIDARIEDADE

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Podem escrever as vossas mensagens de solidariedade para cada um dos casos da Maratona de Cartas.

Esta é uma sugestão particularmente adequada para todos os jovens ativistas com menos de 14 anos, mas qualquer pessoa o poderá também fazer! Garantimos que todas as cartas serão enviadas.

Pode fazer-nos chegar a sua mensagem de solidariedade através de **duas formas**:

- 1** Escrevendo-a em **WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA** (no formulário indicado para o efeito)
- 2** Enviando-a por correio para o nosso escritório.

No caso de optar pela **segunda opção**, solicitamos que nos sejam enviadas até ao dia 31 de janeiro de 2023 para que possamos agilizar os respetivos envios.*

O envio deve ser feito por correio normal para:

**AMNISTIA INTERNACIONAL
RUA DOS REMOLARES, N.º7, 2.º ANDAR,
1200-370 LISBOA**

*A Amnistia Internacional responsabiliza-se pelos custos que poderão surgir com o envio das cartas para a nossa morada. Para o efeito, pedimos que o envio por correio seja feito com pedido de fatura em nome de Amnistia Internacional Portugal e com o nosso número de contribuinte: 501 223 738.

O recibo deve ser enviado numa carta separada (em correio registado para evitar que se extravie e de forma a garantirmos o reembolso), com a indicação de qual é a entidade, pessoa responsável pelo envio das cartas e a indicação do respetivo IBAN para o qual se deverá fazer o reembolso da despesa.

Nota: É muito importante que as faturas venham em envelopes separados dos envios das cartas, devidamente identificadas. Em caso de extravio, o reembolso nestes casos não será possível. Em caso de alguma dúvida sobre este assunto por favor contacte ativismo@amnistia.pt.



E FUNCIONA?

SIM!

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL



AMNISTIA.PT/MARATONA

No dia 24 de março de 2022, Bernardo Caal Xol foi libertado!

Bernardo Caal Xol é um defensor de direitos humanos na Guatemala. Professor, pai de duas filhas, sindicalista e incansável defensor dos direitos das comunidades indígenas, do ambiente e do direito à terra, foi injustamente preso, por mais de quatro anos, pelas suas ações pacíficas contra a construção de duas centrais hidroelétricas no rio Cahabón. Apesar da falta de provas que comprovassem as acusações, no dia 9 de novembro de 2018, Bernardo foi condenado a sete anos e quatro meses de prisão pelos crimes de assalto e detenção ilegal.

Em julho de 2020, a Amnistia Internacional considerou-o um prisioneiro de consciência e iniciou uma campanha em sua defesa, apelando à sua libertação imediata e incondicional.

Apesar dos imensos desafios impostos a defensores de direitos humanos na Guatemala, a pressão feita por ONG e por milhares de pessoas em todo o mundo, incluindo ao longo de toda a Maratona de Cartas, produziu efeitos concretos e as boas notícias não tardaram! No dia 24 de março, Bernardo Caal Xol foi libertado, após ter passado mais de quatro anos atrás das grades.



E FUNCIONA?

SIM!

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

A solidariedade também chegou aos Territórios Palestinos Ocupados!

Foi verdadeiramente inspirador. (...) Os estudantes mandam-me cartas e vídeos das suas salas de aulas, dizendo que me conhecem, que conhecem a minha história, que a partilham e que enviam a sua força, o que significa muito mais do que o que posso descrever.

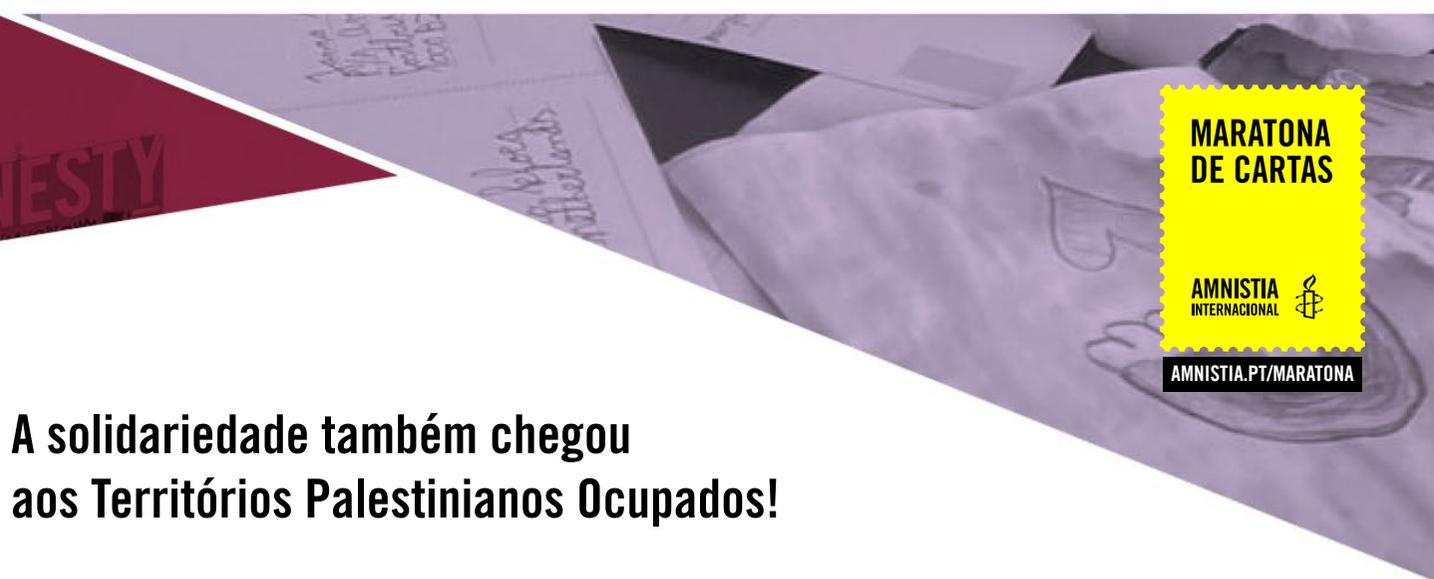
Estou mesmo muito feliz por saber que a nossa história palestina chegou a todos os cantos do mundo, especialmente às gerações mais novas, e isso dá-me muita esperança para um futuro melhor. Receber toda esta atenção e sensibilizar para a nossa causa é tudo o que sonhei enquanto jornalista e estou muito, muito feliz e agradecida.

Agradeço a cada pessoa que investiu o seu tempo para me escrever uma mensagem e assinar, o meu coração está cheio.

Janna Jihad

Não fazem ideia de como é maravilhoso receber todas estas mensagens de solidariedade e vídeos. Temos tantos vídeos de crianças, jovens e pais a enviarem-nos o seu amor e apoio de todas as partes do mundo. Crianças pequenas que dizem à Janna que ela é uma inspiração para ela foi algo que nos emocionou muito.

Nawal, mãe de Janna Jihad



E FUNCIONA?

SIM!

Todas as assinaturas são enviadas e entregues!

Ciham Ali é uma jovem com dupla-nacionalidade: nasceu em Los Angeles, nos Estados Unidos da América (EUA), mas cresceu na Eritreia. No dia 8 de dezembro de 2012, quando tinha apenas 15 anos, foi presa pelas autoridades eritreias quando tentava fugir do país, para sua segurança. Os rumores que circulavam indicavam que o pai de Ciham Ali tinha apoiado uma tentativa de golpe de Estado na Eritreia e que, por isso, ela sido presa como medida de retaliação. Mais de nove anos depois, Ciham Ali permanece detida num local secreto, sem nunca ter sido acusada ou julgada. Desde que foi presa, a jovem não teve qualquer contacto com a família e advogados. Ninguém sabe onde está ou qual o seu estado de saúde.

Apesar de ter nacionalidade norte-americana, o governo dos EUA não interviu em defesa de Ciham. A Amnistia Internacional acredita que o silêncio e inatividade por parte das autoridades norte-americanas tem contribuído para a sua contínua detenção. Nesse sentido, todos os milhares de assinaturas recolhidos em sua defesa tinham como destinatário o Secretário de Estado Antony Blinken. Em Portugal, as mais de 27 mil assinaturas foram entregues a uma delegação da Embaixada dos EUA em Lisboa, com quem a equipa da secção portuguesa reuniu presencialmente, no dia 5 de abril de 2022.

Continuaremos a atuar em defesa de Ciham Ali, e não ficaremos em silêncio até que se saiba onde está.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL



AMNISTIA.PT/MARATONA



MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL



AMNISTIA.PT/MARATONA

OS CASOS DA MARATONA DE CARTAS 2022





PRESA POR SE OPOR À INVASÃO RUSSA DA UCRÂNIA

ALEKSANDRA SKOCHILENKO 📍 **RÚSSIA**

Face à invasão da Rússia à Ucrânia, **Aleksandra Skochilenko** não aceitou ficar em silêncio, mesmo apesar dos riscos para a sua vida. Se antes preenchia os seus dias com música e várias outras formas de arte e, quando ainda era possível, tocava piano, guitarra, bandolim ou flauta, e organizavas sessões de música ao vivo, hoje a realidade é muito diferente.

No dia 31 de março de 2022, Aleksandra substituiu as etiquetas dos preços de vários produtos num supermercado local em São Petersburgo por papéis com informações sobre o bombardeamento russo ao teatro de Mariupol, na Ucrânia, onde centenas de pessoas se abrigavam.

Na manhã de 11 de abril de 2022, a polícia deteve Aleksandra e acusou-a de “disseminação pública de informação reconhecidamente falsa sobre o uso das Forças Armadas da Federação Russa” – um novo artigo no código penal introduzido pelo governo russo, em março de 2022, com vista a impedir que a população russa critique a invasão à Ucrânia.

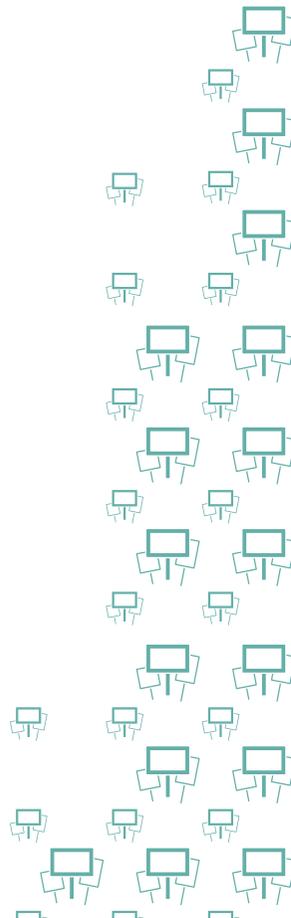
Desde a sua detenção, Aleksandra está detida em condições terríveis e tem, inclusive, passado fome durante a maior parte do tempo porque, por ser celíaca, não têm acesso à comida sem glúten de que precisa. Para piorar, tem sido ameaçada por quem trabalha no centro de detenção e pelas próprias colegas de cela. Caso seja condenada, arrisca-se a uma pena de prisão que pode ir até aos 10 anos.

Aleksandra deve ser libertada imediatamente e devem ser retiradas todas as acusações contra ela.

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL** 

AMNISTIA.PT/MARATONA





LIBERDADE IMEDIATA PARA CHOW HANG-TUNG

CHOW HANG-TUNG 📍 **HONG KONG**

Chow Hang-tung foi uma estudante brilhante na universidade e poderia ter escolhido seguir qualquer percurso profissional que quisesse. Optou por dedicar a sua vida a proteger os direitos de cada um e a exercer profissionalmente enquanto advogada de direitos humanos e dos direitos laborais na China. Foi também vice-presidente da Aliança de Hong Kong, a organização responsável, desde 1990, pela vigília anual para relembrar o massacre de Tiananmen de 1989.

Anos depois, em 2020 e 2021, as autoridades de Hong Kong proibiram a vigília, alegando razões de proteção da saúde pública, no âmbito da pandemia da COVID-19. Nesse sentido, no dia 4 de junho de 2021, Chow incentivou as pessoas a juntarem-se nas redes sociais para assinalarem a data do massacre, acendendo velas. Foi detida nesse mesmo dia por “promover ou publicitar uma reunião não autorizada”.

Neste momento, Chow está a cumprir uma pena de 22 meses de prisão por relembrar, de forma pacífica, as vítimas desse massacre. Arrisca-se ainda a mais condenações e a ter de cumprir mais anos na prisão por, alegadamente, colocar a segurança nacional em perigo através das suas ações pacíficas.

Mas, mesmo perante tudo isto, a coragem de Chow prevalece: “dizer que não tenho medo seria uma mentira, mas o que tenho não me impede de ficar em silêncio”.

Chow Hang-tun deve ser libertada imediatamente.

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL 

AMNISTIA.PT/MARATONA





PRESA POR TER PARTICIPADO NUMA ÚNICA MANIFESTAÇÃO

DORGELESSE NGUESSAN  **CAMARÕES**

Dorgelesse sempre sonhou em ter o seu próprio salão de beleza. Há dois anos, esta mãe solteira e cabeleireira, iniciava a aventura de expandir o seu próprio negócio para também passar a incluir serviço de manicure.

No dia 22 de setembro de 2020, o sonho de Dorgelesse foi destruído após ter sido detida durante uma manifestação em Douala, nos Camarões. Foi a sua primeira e única participação numa manifestação. Dorgelesse nunca sequer foi politicamente ativa, mas as suas preocupações sobre o estado da economia do país motivaram-na a marcar presença.

Pouco depois da manifestação começar, as forças de segurança dispararam balas de borracha, gás lacrimogéneo e recorreram a canhões de água para dispersar os manifestantes. Enquanto fugia, em conjunto com outras pessoas, a polícia bloqueou a rua e deteve Dorgelesse. Foi levada para a estação da polícia e aí ficou numa cela com outras 22 pessoas em condições deploráveis.

No dia 29 de setembro de 2020, foi transferida para a Prisão Central de Douala, onde se encontra até hoje. Foi acusada de “insurreição, reunião, encontros e manifestações públicas” e condenada a cinco anos de prisão.

Dorgelesse é a pessoa responsável por sustentar a sua família. O seu filho de 18 anos sofre de anemia falciforme, e a família enfrenta sérias dificuldades para conseguir pagar a medicação de que precisa. É uma mãe desesperada por se juntar à sua família.

Dorgelesse não cometeu qualquer crime, deve ser imediatamente libertada.

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL** 

AMNISTIA.PT/MARATONA





ARTISTA PRESO POR DEFENDER A LIBERDADE DE EXPRESSÃO

LUIS MANUEL OTERO ALCÁNTARA 📍 **CUBA**

Luis Manuel é um artista afro-cubano e autodidata. É apaixonado por várias vertentes do mundo artístico, sobretudo pintura, dança e adora vestir fatos rosa brilhante para as suas atuações. A sua casa em San Isidro, um dos bairros mais pobres de Havana, é um refúgio e um espaço seguro para a comunidade. Desde 2017, Luis Manuel ganhou reconhecimento internacional pelo seu ativismo pacífico contra o Decreto 349, uma lei que visa silenciar artistas críticos das autoridades cubanas.

No seguimento da implementação do Decreto 349, Luis Manuel assumiu o papel de líder do Movimento de San Isidro, um grupo diverso de artistas, jornalistas e ativistas determinado a agir de forma pacífica para defender o direito à liberdade de expressão. Pelas suas ações de defesa dos direitos humanos, os elementos desse grupo têm sido alvo de intimidações, vigilância e detenções.

No dia 11 de julho 2021, publicou um vídeo online, afirmando que iria participar naquela que se revelou ser a maior manifestação das últimas décadas em Cuba. Contudo, antes da manifestação começar, Luis Manuel foi detido e levado para Guanajay, uma prisão de segurança máxima, onde se encontra até hoje.

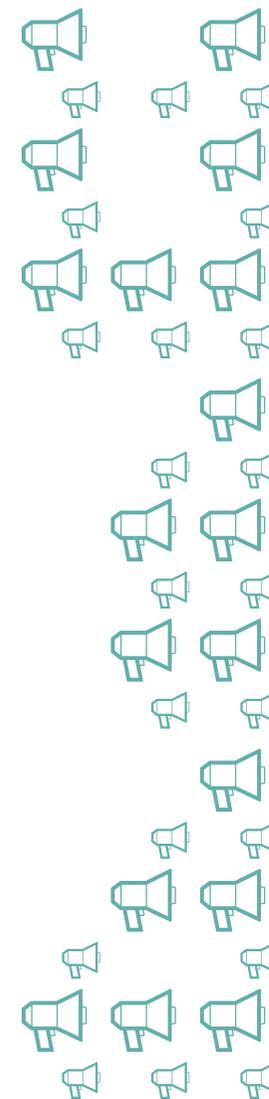
Em junho de 2022, na sequência de um julgamento à porta fechada foi condenado a cinco anos de prisão. Desde que foi transferido para Guanajay, a sua saúde tem-se deteriorado e não tem recebido cuidados médicos adequados.

Luis Manuel deve ser imediatamente libertado e, até lá, deve ter acesso aos cuidados de saúde de que necessita.

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL** 

AMNISTIA.PT/MARATONA





20 ANOS DE PRISÃO POR EXIGIR MUDANÇAS NO PAÍS

NASSER ZEFZAFI 📍 **MARROCOS/SAARA OCIDENTAL**

Nasser Zefzafi vivia uma vida pacífica com a sua família na região do Rif, no norte de Marrocos. Uma região conhecida por várias dificuldades no que diz respeito a acesso a cuidados médicos, educação, acessibilidades ao resto do país e oportunidades de emprego, e pela marginalização de que tem sido alvo pelos sucessivos governos de Marrocos.

Em outubro de 2016, a morte de um vendedor de peixe, esmagado por um camião do lixo quando tentava recuperar o peixe que lhe foi confiscado pelas autoridades, motivou e inspirou várias manifestações pacíficas na cidade de Nasser. Milhões de pessoas ocuparam as ruas de forma pacífica para expressarem a sua tristeza, frustração e para exigirem mudanças por parte das autoridades marroquinas.

Decididos a agir, criaram o movimento Hirak El-Rif e Nasser tornou-se numa das suas figuras principais.

Nos meses que se seguiram, as forças de segurança marroquinas prenderam centenas de manifestantes. No dia 29 de maio de 2017, Nasser foi detido por interromper um sermão numa mesquita e de ter acusado o Imã (líder religioso do Islão) de agir como porta-voz das autoridades marroquinas. Enquanto estava sob custódia da polícia, Nasser foi torturado e mal tratado e, no dia 27 de junho de 2018, foi condenado a 20 anos de prisão, apenas por manifestar a sua opinião. Foi mantido em regime de solitária até 31 de agosto de 2018 e, até hoje, persistem os graves problemas de saúde.

Nasser Zefzafi deve ser imediatamente libertado e, até lá, deve ter acesso aos cuidados de saúde de que necessita.

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL 

AMNISTIA.PT/MARATONA



**JUNTOS E JUNTAS,
VAMOS CONSEGUIR MOSTRAR A ESTAS
PESSOAS QUE NÃO ESTÃO SOZINHAS.**

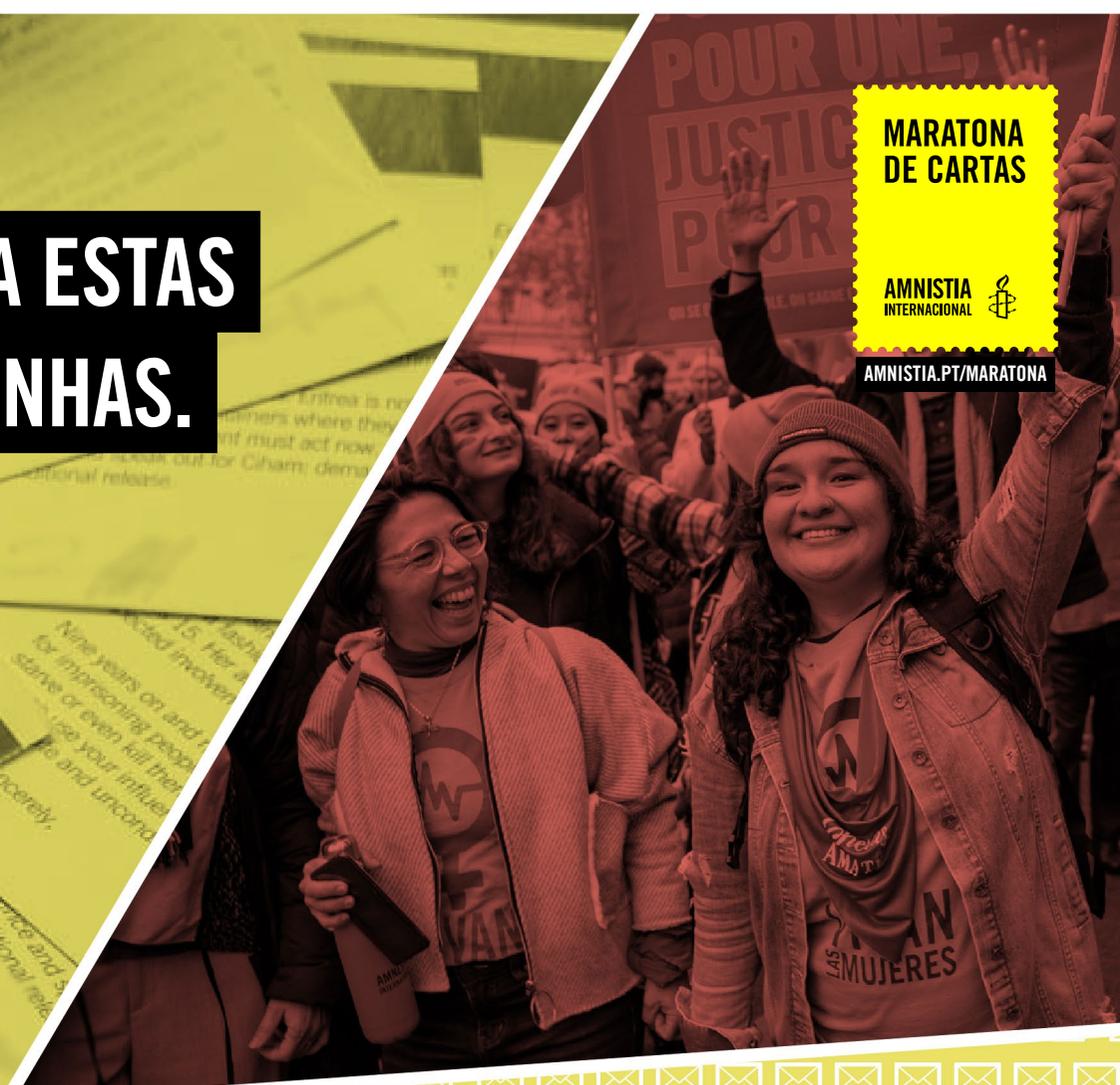
**A SUA ASSINATURA PODE
FAZER TODA A DIFERENÇA.**

JUNTE-SE A NÓS!

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**

AMNISTIA.PT/MARATONA



AMNISTIA.PT/MARATONA