

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL



AMNISTIA.PT/MARATONA

KIT EDUCAÇÃO PARA OS DIREITOS HUMANOS



O QUE É A MARATONA DE CARTAS	3
JUNTAR A AÇÃO À APRENDIZAGEM	4
COMO PARTICIPAR E DIVULGAR A MARATONA NA SUA ESCOLA	5
ATIVIDADES	6
MARATONA DE CARTAS: O PODER DA SOLIDARIEDADE	7
MARATONA DE CARTAS: O PODER DA TUA ASSINATURA	10
UNCLE PABAI E UNCLE PAUL: JUSTIÇA CLIMÁTICA	14
ANA MARIA SANTOS CRUZ: VIOLÊNCIA POLICIAL E DISCRIMINAÇÃO	28
THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO: DIREITO A UMA HABITAÇÃO CONDIGNA	40
AHMED MANSOOR: JULGAMENTOS INJUSTOS E TORTURA	51
HISTÓRIAS DOS CASOS DA MARATONA DE CARTAS	61
SUMÁRIO DA DECLARAÇÃO UNIVERSAL DOS DIREITOS HUMANOS	72

O QUE É A MARATONA DE CARTAS

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Há cerca de 20 anos, um pequeno grupo de ativistas na Polónia levou a cabo uma maratona de 24 horas a escrever. Nos anos seguintes, a ideia espalhou-se. Hoje, a Maratona de Cartas é o maior evento de direitos humanos organizado pela Amnistia Internacional.

Nos últimos meses de cada ano e com especial ênfase no mês de dezembro, mobilizamos milhões de pessoas em todo o mundo para assinarem apelos em prol 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 contribuir para um mundo mais justo: assinam, organizam eventos e juntam-se ao nosso movimento.

A campanha deste ano aborda diferentes temas de direitos humanos em diferentes partes do mundo. As pessoas que lhe damos a conhecer através da Maratona de Cartas viram os seus direitos violados, foram ameaçadas, presas, espancadas e viram os seus entes queridos serem mortos. Ao agir ajuda-nos a que seja feita justiça e contribui para que estas pessoas e as suas famílias recebam mensagens individuais de solidariedade de pessoas de todo o mundo.

A Maratona de Cartas irá decorrer em Portugal de 1 de novembro de 2023 até 31 de janeiro de 2024.

Para saber mais sobre a Maratona de Cartas deste ano e como realizar um evento na sua escola consulte o

KIT MARATONA DE CARTAS

JUNTAR A AÇÃO À APRENDIZAGEM

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Assinar as petições ou promover ações de solidariedade para com as pessoas visadas nos apelos são os objetivos últimos da Maratona de Cartas. No entanto, esta é uma oportunidade única para promover a aprendizagem sobre os direitos humanos, capacitando os jovens com os conhecimentos, as atitudes, os valores e as aptidões que precisam para usufruir e exercer esses direitos e para respeitar e defender os direitos das outras pessoas.

As atividades que propomos de seguida ajudam a compreender melhor os direitos humanos em causa e as violações desses mesmos direitos, através das histórias das pessoas visadas na Maratona de Cartas deste ano. Pretendem também promover empatia e solidariedade, levando as participantes a agir de forma consciente e mais informada.

OS PARTICIPANTES PODEM DEPOIS PARTICIPAR NA MARATONA DE CARTAS DE DUAS FORMAS:

- 1 Assinando os apelos disponíveis no nosso site em:

WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA



A assinatura pode ser feita por qualquer pessoa com idade igual ou superior a 14 anos (com conhecimento prévio dos seus representantes legais quando menor de idade). É essa a idade mínima estabelecida nos Estatutos da Amnistia Internacional para um apoiante, ativista e membro juvenil da organização. Somam-se ainda as boas práticas e sugestões que nos chegam, aconselhando os 14 anos como idade mínima de participação.

- 2 Fazendo desenhos, postais ou cartas de solidariedade que encaminharemos para as pessoas cujo caso estamos a acompanhar. Para esta opção não existe qualquer idade mínima ou máxima de participação, sendo a opção mais adequada para as participantes mais jovens. Poderá enviar os materiais produzidos em **WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA**

COMO PARTICIPAR E DIVULGAR A MARATONA NA SUA ESCOLA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Em 2020, reforçamos a ideia de uma Maratona de Cartas exclusivamente em formato digital. Por isso, não serão enviados apelos em formato de papel para os participantes por questões de sustentabilidade ambiental (evitaremos a impressão de dezenas de milhares de folhas).

E há muitas formas de promover a Maratona em formato digital, sendo uma delas o **concurso nacional entre escolas**, que mais do que uma competição é um meio para envolver mais pessoas, dentro e fora da comunidade escolar.

Com este concurso os jovens podem tornar-se em verdadeiros agentes de mudança incentivando e desafiando outras pessoas, além de contribuírem individualmente.

Saiba tudo **AQUI** sobre o concurso nacional entre escolas.

ALGUMAS SUGESTÕES PARA RECOLHAS DE ASSINATURAS

- Projeção em aula ou noutro local da escola da página da Maratona ou dos vídeos dos casos
- Promoção do ativismo digital durante a aula de tecnologias de informação e comunicação ou outra
- Abordagem dos temas e casos da Maratona (ver Atividades) em aula e convite à assinatura
- Envolvimento de pessoas encarregadas de educação nas reuniões de final do primeiro período letivo com assinatura em **WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA**
- Divulgação nas redes sociais, com o código atribuído e a página **WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA**
- Divulgação por WhatsApp, Messenger ou SMS pelos membros da comunidade educativa para amigos e familiares

Estas atividades de educação para os direitos humanos podem ocorrer em diversos ambientes online ou offline, como numa sala de aula, um grupo comunitário, uma família ou um grupo ativista. Como facilitador, pode adaptar a atividade para melhor se adequar ao contexto e ao grupo com o qual está a trabalhar. Por exemplo, pode querer considerar o conhecimento que o grupo já tem sobre as questões discutidas, o tamanho do seu grupo e como organizar melhor a atividade para permitir uma participação ativa.

As atividades são todas baseadas em métodos de aprendizagem participativa em que os participantes são centrais no processo de aprendizagem: exploram, discutem e analisam questões relativas aos casos.

Se quiser saber mais sobre a Maratona de e acerca da educação para os direitos humanos em contexto escolar pode participar nos cursos gratuitos e auto-geridos da **Academia Amnistia**.

ESTA METODOLOGIA PERMITE AOS PARTICIPANTES

- Desenvolver competências e capacidades-chave
- Formar as suas próprias opiniões, levantar questões e ter uma compreensão mais profunda das questões apresentadas
- Assumir o controlo da sua aprendizagem e moldar as discussões de acordo com os seus interesses, capacidades e preocupações
- Ter o espaço necessário para se envolverem emocionalmente e desenvolverem as suas próprias atitudes

MARATONA DE CARTAS: O PODER DA SOLIDARIEDADE



SOBRE ESTA ATIVIDADE

As participantes são convidadas a explorar um dos casos da Maratona de Cartas, à escolha de quem facilita a sessão, e a agir em solidariedade. Através deste exemplo o grupo pode também compreender o que é a Maratona de Cartas e organizar ações de multiplicação na sua escola.



TEMPO NECESSÁRIO

50 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir dos 6 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- I **Explicar** o objetivo e o impacto da campanha Maratona de Cartas da Amnistia Internacional
- I **Discutir** os casos de uma ou mais pessoas visadas na campanha Maratona de Cartas deste ano e as violações de direitos humanos a que estão sujeitas
- I **Escrever** cartas de solidariedade para as pessoas visadas ou assinar os apelos para as autoridades oficiais



MATERIAIS

- I Fichas: Histórias dos casos da Maratona de Cartas

MARATONA DE CARTAS: O PODER DA SOLIDARIEDADE

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

1. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO SOBRE OS CASOS | ⌚ 20 minutos

Escolha um dos casos da Maratona de Cartas para apresentar à turma.

Conte a história do caso selecionado. Adapte o texto de forma que seja mais perceptível e adequado para as crianças, evitando as passagens mais violentas ou que possam causar horror.

Projete a fotografia da pessoa visada no caso para que as crianças possam visualizar a pessoa que viveu a história.

No final da apresentação faça as seguintes questões para inspirar a reflexão sobre a situação que acabaram de conhecer:

- ▮ Como se sentiram a ouvir a história desta pessoa?
- ▮ Qual seria a vossa reação se tivessem estado na situação daquela pessoa?
- ▮ Já viram ou ouviram situações semelhantes a esta?
- ▮ Que direitos humanos foram postos em causa neste caso?
- ▮ Quem poderia ter feito algo em apoio à pessoa visada neste caso?
- ▮ O que pode ser feito para apoiar a pessoa neste caso?
- ▮ O que é que podiam fazer para ajudar a pessoa neste caso?



MARATONA DE CARTAS: O PODER DA SOLIDARIEDADE

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

2. AGIR | 🕒 30 minutos

Explique a campanha Maratona de Cartas. Diga às participantes que a Amnistia Internacional está a pedir às pessoas de todo o mundo para exigirem justiça para todas as pessoas que viram os seus direitos violados, incluindo a pessoa do caso que acabaram de conhecer.

Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade para a pessoa do caso que conheceram e os restantes casos da Maratona de Cartas.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

De seguida, enviem as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona. Nós comprometemo-nos a fazê-las chegar às pessoas da Maratona de Cartas e às suas famílias.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar a Maratona a outras pessoas na escola ou na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em [**A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES.**](#)

ATIVIDADE

MARATONA DE CARTAS: O PODER DA TUA ASSINATURA



SOBRE ESTA ATIVIDADE

Em pequenos grupos, os participantes são convidados a explorar cada um dos cinco casos da Maratona de Cartas e a partilhá-los com o grupo. A partir destes casos identificam-se os direitos envolvidos e passa-se à ação, através de petições, mensagens de solidariedade e iniciativas de promoção da Maratona.



TEMPO NECESSÁRIO

50 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir dos 14 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- **Explicar** o objetivo e o impacto da campanha Maratona de Cartas da Amnistia Internacional
- **Discutir** os casos da Maratona de Cartas deste ano e as violações de direitos humanos
- **Escrever** cartas de solidariedade para as pessoas visadas ou assinar os apelos para as autoridades oficiais



MATERIAIS

- Fichas: Histórias dos casos da Maratona de Cartas
- Papel, canetas
- Acesso à internet e computador, tablet ou telemóveis

MARATONA DE CARTAS: O PODER DA TUA ASSINATURA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

1. APRESENTAÇÃO DOS CASOS | ⌚ 15 minutos

Divida os e as participantes em 5 grupos. Entregue a cada um dos grupos, uma das histórias dos casos da Maratona de Cartas.

Explique que esta atividade vai apresentar as histórias de pessoas reais que vivem em diferentes países.

Peça aos grupos que leiam a história da pessoa (ou pessoas) que lhes foi entregue, que discutam em conjunto e que:

- anotem uma lista de coisas que consideram erradas ou injustas na forma como a pessoa foi tratada;
- preparem-se para apresentar o caso aos colegas dos outros grupos.

Depois de 10 minutos, reúna a turma toda e peça a cada grupo que apresente o seu caso aos outros e liste as injustiças que encontraram.

Caso tenha acesso a um mapa do mundo, peça aos participantes para assinalarem no mapa o país em que o caso ocorreu. No final, quando identificarem os 5 casos e países, pergunte aos participantes o que sobressai quando se olha para o mapa e porque é que é importante que nos preocupemos com estes casos e a importância de agir sobre eles.



MARATONA DE CARTAS: O PODER DA TUA ASSINATURA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

2. MAPEAR OS DIREITOS HUMANOS ENVOLVIDOS | ⌚ 20 minutos

Nos grupos pequenos ou em plenário, peça às participantes para identificarem que direitos foram violados nos casos destas pessoas.

Dê-lhes 10 minutos para relacionarem as injustiças que identificaram com os direitos da Declaração Universal dos Direitos Humanos. Pode usar o sumário da DUDH no final deste kit para ajudar os participantes a identificarem os direitos.

Peça que partilhem as suas conclusões.

Se o tempo permitir promova a reflexão em torno destas perguntas:

- Há alguma coisa que se destaca? Alguma coisa que te surpreenda ou não surpreende de todo?
- Há casos em que as violações dos direitos humanos são semelhantes?
- O que é que isso diz sobre as violações dos direitos humanos a nível global?
- O que aprenderam com esta atividade?



MARATONA DE CARTAS: O PODER DA TUA ASSINATURA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

3. AGIR | ⌚ 30 minutos

Explique a campanha Maratona de Cartas. Diga às participantes que a Amnistia Internacional está a pedir às pessoas de todo o mundo para exigirem justiça para todas as pessoas que viram os seus direitos violados, incluindo a pessoa do caso que acabaram de conhecer. Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ASSINAR A PETIÇÃO

Convide os participantes a assinar as petições disponíveis em WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade para as pessoas dos casos que estiveram a trabalhar.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

De seguida, enviem as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona. Nós comprometemo-nos a fazê-las chegar às pessoas da Maratona de Cartas e às suas famílias.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar a Maratona a outras pessoas na escola ou na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em **A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES.**

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

 AUSTRÁLIA

JUSTIÇA
CLIMÁTICA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL 

AMNISTIA.PT/MARATONA



CONCEITOS CHAVE

- ▮ Direitos dos povos das Primeiras Nações
- ▮ Justiça climática
- ▮ Direitos à vida, à saúde, à habitação, à água e à alimentação
- ▮ Direitos culturais



SOBRE ESTA ATIVIDADE

Os participantes ficarão a conhecer o caso real do Uncle Pabai e do Uncle Paul, dois líderes comunitários das Ilhas do Estreito de Torres, na Austrália. Eles estão a lutar contra os impactos das alterações climáticas nos seus meios de subsistência, na sua comunidade e na sua cultura e contra o fracasso do governo australiano em reduzir as emissões de gases com efeito de estufa. Como parte da atividade, os participantes são encorajados a assinar a petição apelando ao governo australiano para que tome medidas adequadas e coerentes com os direitos humanos em matéria de clima e a mostrar solidariedade com o Uncle Pabai e o Uncle Paul.



TEMPO NECESSÁRIO

60 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir de 14 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- ▮ **Explorar** as implicações das alterações climáticas para os direitos humanos.
- ▮ **Compreender** como as alterações climáticas são uma crise global, mas os seus impactos são sentidos de forma desigual.
- ▮ **Reconhecer** a importância da identidade cultural e dos movimentos liderados pelos povos indígenas na luta pela justiça climática.
- ▮ **Conhecer** a campanha Maratona de Cartas da Amnistia Internacional.
- ▮ **Escrever** cartas de apoio e de solidariedade para com o Uncle Pabai e o Uncle Paul.

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



MATERIAIS

- Cartões do jogo Pictionary
- Ficha: Primeiras Nações na Austrália
- Ficha: História do Uncle Pabai e do Uncle Paul
- Um quadro branco ou uma folha de flipchart para o jogo do Pictionary
- Papel e lápis de cor
- Vídeo do Uncle Pabai e do Uncle Paul [aqui](#)



PREPARAÇÃO

- Leia a informação adicional e a história do Uncle Pabai e do Uncle Paul
- Imprima uma cópia dos cartões do jogo Pictionary e recorte os cartões
- Imprima cópias da versão simplificada da Declaração Universal dos Direitos Humanos

Explore o curso gratuito e autogerido sobre a Maratona de Cartas na Academia Amnistia: www.academia.amnistia.pt/login/index.php

Saiba mais sobre Direitos Humanos e Ambiente:
www.amnistia.pt/tematica/ambiente



É IMPORTANTE CONSIDERAR

Esta atividade explora as alterações climáticas, um tema muito impactante que afeta vidas e culturas a nível mundial. Aborda uma ansiedade crescente sobre o nosso futuro coletivo, pelo que quem facilita a atividade deve estar preparado para lidar com várias respostas emocionais com sensibilidade. Para promover a resiliência e a compreensão, encorajamos a criação dum ambiente de apoio que promova o diálogo aberto e ofereça garantias aos participantes.

1. INTRODUÇÃO: Pictionary SOBRE ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS | 🕒 20 minutos

Divida as participantes em duas equipas. Diga às equipas que vão participar num jogo baseado em desenhar e adivinhar, focado na questão das alterações climáticas.

Em cada ronda, um jogador da equipa A seleciona um cartão e começa a desenhar o conceito num quadro branco ou numa folha de flipchart, enquanto os outros membros da sua equipa tentam adivinhar o impacto das alterações climáticas que está a ser representado. Quem estiver a desenhar não pode utilizar letras ou palavras. Cada jogada tem a duração máxima de um minuto.

Após a vez da equipa A, será a vez da equipa B escolher um jogador para desenhar, enquanto os restantes membros da equipa tentam adivinhar. Jogue um par de rondas. Ganha a equipa que tiver o maior número de palpites corretos dentro do tempo estabelecido.

Depois do jogo de Pictionary, reúna os participantes e inicie um debate sobre a forma como os efeitos das alterações climáticas se relacionam com os direitos humanos. Pode utilizar algumas das seguintes sugestões para orientar o debate:

Derretimento dos glaciares: Como é que o degelo da neve e do gelo afeta os direitos dos povos indígenas que vivem nas regiões árticas?

Uma possível resposta: Ameaça o seu direito à cultura porque o seu modo de vida, que depende fortemente do ambiente glacial, é afetado.

Subida do nível do mar: Como é que a subida do nível do mar afeta os direitos das pessoas?

Uma possível resposta: Pode levar à deslocação de pessoas, infringindo o seu direito a um lar seguro e protegido.

Incêndios florestais: Como é que os incêndios florestais se relacionam com os direitos humanos?

Uma possível resposta: Os incêndios florestais podem destruir casas e meios de subsistência, afetando o direito a um nível de vida adequado.

Secas: Como é que as secas afetam os direitos humanos?

Uma possível resposta: As secas podem levar à escassez de alimentos e de água, ameaçando o direito à alimentação e à água.

Inundações: Como é que as inundações violam os direitos humanos?

Uma possível resposta: As inundações podem causar a perda de vidas e destruir casas, afetando o direito à vida e o direito a uma casa segura e protegida.

Inundações de maré: Como é que as inundações afetam os direitos humanos?

Uma possível resposta: As inundações das marés podem contaminar os jardins e as terras agrícolas e tornar o solo salgado, o que afeta a capacidade de cultivar alimentos. Este facto pode perturbar os meios de subsistência e infringir o direito à alimentação.

Erosão e degradação do solo: Como é que a erosão e a degradação do solo afetam os direitos humanos?

Uma possível resposta: A erosão e a degradação do solo podem ameaçar a segurança alimentar, a agricultura e os meios de subsistência dos pequenos agricultores, afetando os seus direitos à alimentação e ao trabalho.

Ondas de calor: Como é que as ondas de calor afetam os direitos humanos?

Uma possível resposta: As ondas de calor podem provocar problemas de saúde e até a morte, afetando o direito à saúde e à vida.

Tempestades e furacões mais fortes: como é que as tempestades e furacões mais fortes afetam os direitos humanos?

Uma possível resposta: Podem provocar a perda de vidas, a deslocação e a destruição de comunidades, afetando múltiplos direitos, incluindo os direitos à vida, à habitação e à saúde.

Deslocação de pessoas (“refugiados climáticos”): Como é que a deslocação de pessoas devido às alterações climáticas infringe os seus direitos humanos?

Uma possível resposta: A deslocação afeta uma série de direitos, incluindo os direitos a uma casa, a um trabalho e à saúde. Pode infringir os direitos à cultura, ao modo de vida e à autodeterminação dos povos indígenas se estes forem deslocados permanentemente das suas terras ancestrais.

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

2. REFLEXÃO: DESENHAR A MINHA COMUNIDADE | 🕒 10 minutos

Convide os participantes a fecharem os olhos e a imaginarem as suas casas, as suas comunidades e a beleza dos ambientes naturais que os rodeiam. Convide-os a pensar na forma como estes locais se poderão transformar devido às alterações climáticas e como poderão contribuir positivamente para os proteger e sustentar.

Forneça aos participantes papel, marcadores e lápis de cor. Peça-lhes que expressem as suas casas ou comunidades através dos seus desenhos. Incentive-os a acrescentar elementos que mostrem os potenciais desafios das alterações climáticas (por exemplo, alterações dos padrões meteorológicos, paisagens alteradas), mas dê mais ênfase à incorporação de símbolos de resiliência, adaptação e transformação positiva.

Enquanto as participantes estão a desenhar, introduza o conceito de **justiça climática**. Como seria a justiça climática nas comunidades dos participantes? Quem seria afetado e como? Por exemplo, a capacidade de ir à escola ou ao trabalho, o acesso a água potável para consumo e lavagem, etc. Quem está atualmente mais em risco? Por exemplo, as pessoas com deficiência, os idosos, as mulheres e as crianças.

A **justiça climática** não se limita à redução das emissões e ao nosso ambiente físico. Trata-se de reconhecer as causas profundas da crise climática e dos seus impactos e a forma como as alterações climáticas aumentam as desigualdades entre países e no interior dos mesmos. A justiça climática é uma abordagem que se centra na resolução desses desequilíbrios e injustiças, começando por colocar a ação climática no centro das perspetivas, conhecimentos e exigências dos grupos e comunidades mais afetados pela crise climática. Garante que os impactos e as soluções das alterações climáticas são partilhados de forma justa e equitativa, por exemplo, fornecendo ajuda financeira e apoio tecnológico aos países e às comunidades mais afetadas pelas alterações climáticas, apesar das suas contribuições mínimas para o problema.



Convide alguns voluntários a partilharem os seus desenhos e a articularem a forma como imaginam as suas casas ou comunidades a adaptarem-se proactivamente e a prosperarem face às alterações climáticas.

3. A MINHA ILHA, A MINHA CASA: A HISTÓRIA DO UNCLE PABAI E DO UNCLE PAUL | 🕒 20 minutos

Explique que, em todo o mundo, as pessoas estão a tomar medidas para proteger as suas comunidades contra as alterações climáticas e que vamos analisar uma história particular da Austrália, onde dois líderes comunitários estão a levar o governo australiano a tribunal por não ter conseguido impedir que as alterações climáticas destruíssem as suas ilhas e a sua cultura.

Partilhe com os participantes cópias da história do Uncle Pabai e do Uncle Paul e das Primeiras Nações na Austrália. Dê aos participantes alguns minutos para as lerem.

Promova uma reflexão coletiva sobre a história do Uncle Pabai e Uncle Paul:

- Como é que se sentem depois de ouvir falar do Uncle Pabai e Uncle Paul?
- O Uncle Pabai e o Uncle Paul são pessoas das Primeiras Nações. Qual é a relevância disso quando estamos a discutir as alterações climáticas e os direitos humanos?
- O Uncle Pabai e o Uncle Paul disseram que “se ganharmos, não estaremos apenas a proteger as nossas comunidades - estaremos a manter toda a gente segura”. O que é que acham que eles querem dizer com isso?
- Como é que a luta do Uncle Pabai e do Uncle Paul é relevante para nós e para o resto do mundo?
- O que é que vos dá esperança com esta história?



ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



Opcional: se tiver mais tempo, utilize este mapa geográfico para mostrar onde vivem o Uncle Pabai e o Uncle Paul e as imagens nas páginas seguintes para mostrar como são as suas terras.

Termine a atividade explicando que, embora as alterações climáticas sejam um fenómeno global, os seus impactos são sentidos de forma desigual. As Primeiras Nações e os Povos Indígenas são afetados de forma desproporcional pela crise climática e correm o risco de perder as suas terras ancestrais e a sua identidade cultural. Estão também a liderar a luta contra os projetos de combustíveis fósseis e a exigir uma ação mais forte dos governos de todo o mundo. A Declaração das Nações Unidas sobre os Direitos dos Povos Indígenas reconhece os direitos dos povos indígenas a não serem sujeitos à destruição da sua cultura, a praticarem as suas tradições e costumes culturais e a manterem a sua relação espiritual distinta com as suas terras. Os efeitos das alterações climáticas - incluindo a submersão e a perda de locais culturais sagrados devido a fenómenos meteorológicos graves, tempestades tropicais frequentes com intensidade crescente e a subida do nível do mar - representam uma grave ameaça a estes direitos. É por isso que é tão importante prestar atenção específica à ligação entre a justiça climática, os direitos humanos e o impacto sobre as Primeiras Nações e os Povos Indígenas.

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

3. AGIR | 🕒 30 minutos

Explique o que é a Maratona de Cartas da Amnistia Internacional. Explique que a Amnistia Internacional está a encorajar as pessoas a solidarizarem-se com o Uncle Pabai e o Uncle Paul e a exigirem uma ação climática urgente. Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ASSINAR A PETIÇÃO

Convide os participantes a assinar a petição dirigida ao primeiro-ministro da Austrália disponível em WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

Algumas dicas:

- Digam de que país são, para mostrar ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul de quão longe lhes chega o nosso apoio
- Os totens do Uncle Paulo e do Uncle Pabai são o crocodilo, o cão e a folha de inhame - que é também o símbolo da paz. Não hesite em utilizar estes símbolos com respeito nas suas obras de arte e ideias criativas. Outros símbolos incluem água, ondas, ilhas e canoas. Azul, verde, branco e preto são as cores do Estreito de Torres.
- O Uncle Pabai e o Uncle Paul falam inglês e Kalaw Kawaw Ya, a língua falada nas ilhas de Boigu e Saibai. Pode incluir esta mensagem de exemplo: **Mura kalmel sipa** (Kalaw Kawaw Ya) **Together we unite** (Inglês) **Estamos juntos** (Português)

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Após escrever as mensagens podem fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes *hashtags*:

 **Twitter/X:** [@amnistiapt](https://twitter.com/amnistiapt)

 **Facebook:** www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt)

Hashtags: #W4R23

Podem também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona. Comprometemo-nos a fazê-las chegar ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar o caso do Uncle Pabai e do Uncle Paul a outras pessoas na escola e na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em **A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES**.



Em cima: O jardim inundado do tio Pabai, na ilha de Boigu.

À esquerda, de cima para baixo: A ilha de Boigu vista do ar; estradas rachadas e inundadas na ilha de Boigu.



Uncle Paul descreve como as mudanças na paisagem estão a ameaçar o modo de vida da comunidade:

“Os padrões climáticos mudaram, as estações mudaram.... Não há mais terra.... os lugares que estão em risco [de inundação] são o nosso cemitério, as nossas casas, os nossos canteiros, a nossa terra.... para nós já está a acontecer”.

CARTÕES DO JOGO Pictionary



DERRETIMENTO DOS GLACIARES



AUMENTO DO NÍVEL DO MAR



INCÊNDIOS FLORESTAIS



SECAS



INUNDAÇÕES



ONDAS DE CALOR



**TEMPESTADES E FURACÕES
MAIS FORTES**



**DESLOCAÇÃO DE PESSOAS
("REFUGIADOS CLIMÁTICOS")**



INUNDAÇÕES DE MARÉ



**EROSÃO E DEGRADAÇÃO
DOS SOLOS**

PRIMEIRAS NAÇÕES NA AUSTRÁLIA

O Uncle Pabai Pabai e o Uncle Paul Kabai são homens das Primeiras Nações (indígenas) e proprietários tradicionais das ilhas de Boigu e Saibai no Estreito de Torres. As suas ilhas constituem a parte mais setentrional da Austrália e situam-se a apenas 4 km da costa sul da Papua Nova Guiné. As suas famílias têm prosperado no Country (as terras, os cursos de água e os mares a que estão ligadas) durante milhares de anos. Mas agora arriscam-se a perder tudo. Ambas as ilhas são pequenas e baixas, pelo que estão particularmente expostas aos impactos nocivos das alterações climáticas.

A subida dos mares, o aumento das temperaturas e a perda de biodiversidade já estão a impedir as comunidades de usufruírem dos seus direitos a um ambiente saudável, à autodeterminação, à cultura, à saúde, à habitação, à alimentação e à água. Num futuro próximo, as alterações climáticas representam um risco elevado para o direito à vida e à sobrevivência dos habitantes das Ilhas do Estreito de Torres.

O caso do Uncle Pabai e do Uncle Paul e das suas comunidades é emblemático da situação enfrentada por muitas comunidades das Primeiras Nações na Austrália e pelos povos indígenas em todo o mundo. O Uncle Pabai e o Uncle Paul estão lado a lado com os líderes e ativistas das Primeiras Nações de todo o Pacífico, que lutam para proteger os seus direitos e as suas comunidades.



UMA LUTA PELA PRESERVAÇÃO

A não ser que o governo australiano tome medidas urgentes e sérias em relação às alterações climáticas, é muito provável que, durante a vida do Uncle Pabai, do Uncle Paul e dos seus filhos, muitos habitantes das ilhas do Estreito de Torres sejam obrigados a abandonar a sua terra natal, uma vez que grande parte dela se tornará inabitável.

O facto de terem de partir significará inevitavelmente o corte da sua ligação ao Country e, por conseguinte, a destruição de milhares de anos de tradição e de ligação à cultura viva mais antiga do mundo, o que resultará na destruição da identidade própria dos ilhéus do Estreito de Torres.

Juntos, o Uncle Pabai e o Uncle Paul fazem parte dos milhares de pessoas que chamam casa às Ilhas do Estreito de Torres e que vivem na linha da frente da crise climática na Austrália. Estão determinados a proteger os seus direitos humanos e as suas comunidades antes que seja demasiado tarde. Preocupam-se profundamente com o que será deixado para as gerações futuras e com a forma como a sua cultura, que tem sido praticada e transmitida pelos antepassados há milhares de anos, se perderá se as suas ilhas desaparecerem debaixo do oceano.



Os nossos locais sagrados onde realizamos cerimónias e o conhecimento e a ligação ao Country que os nossos antepassados transmitiram durante milhares de anos podem perder-se. Se o governo não mudar de rumo, as nossas casas podem desaparecer sob a subida dos mares e perderemos quem somos, a nossa cultura e espiritualidade.

Uncle Pabai e Uncle Paul

ATIVIDADE UNCLE PABAI E UNCLE PAUL

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Country: Este termo é frequentemente utilizado pelos povos aborígenes para descrever as terras, os cursos de água e os mares a que estão ligados. O termo contém ideias complexas sobre a lei, o lugar, o costume, a língua, a crença espiritual, a prática cultural, o sustento material, a família e a identidade.

Primeiras Nações: Quando a Austrália foi invadida pelos britânicos em 1788, os povos indígenas não abdicaram da sua soberania. Existem centenas de nações indígenas na Austrália. Cada uma tem um nome, uma língua e crenças e práticas culturais e espirituais. Algumas destas são distintas e outras sobrepõem-se entre Nações e Povos.

Proprietários tradicionais: Trata-se de pessoas de ascendência aborígene e das Ilhas do Estreito de Torres que têm ligações espirituais ou culturais com um local ou área, ou são detentores de títulos nativos com esse local ou área, e têm direitos e interesses na terra e no mar ao abrigo da lei e dos costumes tradicionais. O Uncle Pabai é um proprietário tradicional de Boigu e o Uncle Paul é um proprietário tradicional de Saibai.

Uncle: Este é um termo de respeito para os líderes comunitários do Estreito de Torres e de outras comunidades das Primeiras Nações na Austrália.



ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

 **BRASIL**

VIOLÊNCIA POLICIAL E DISCRIMINAÇÃO



**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**

AMNISTIA.PT/MARATONA



CONCEITOS CHAVE

- Violência policial e impunidade
- Direito à vida
- Assassinatos ilegais
- Justiça racial
- Racismo e discriminação



SOBRE ESTA ATIVIDADE

Os participantes ficam a conhecer a luta e resiliência de Ana Maria Santos Cruz, uma mãe que procura justiça pela morte ilegal, às mãos da polícia, do seu filho Pedro Henrique, um jovem brasileiro ativista de direitos humanos e defensor da justiça racial. Como parte da atividade, as participantes são encorajadas a assinar o apelo às autoridades brasileiras e a mostrar solidariedade com Ana Maria.



TEMPO NECESSÁRIO

90 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir de 14 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- **Compreender** o impacto da discriminação racial e da violência, incluindo violência policial, nas comunidades marginalizadas
- **Compreender** como a violência policial, as mortes ilegais e a discriminação racial estão ligadas
- **Compreender** as dificuldades que milhares de mães enfrentam na luta pela justiça
- **Conhecer** a campanha da Amnistia Internacional – Maratona de Cartas
- **Escrever** cartas de apoio e mostrar solidariedade com Ana Maria Santos Cruz

ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



MATERIAIS

- ❑ Ficha: Brasil: Uso excessivo de força e racismo
- ❑ Ficha: História da Ana Maria
- ❑ Ficha: Informação adicional sobre Impunidade e violações do direito à vida
- ❑ Vídeo de Ana Maria Santos Cruz [aqui](#)
- ❑ Vídeo “Cidade dos Homens” – [A coroa do imperador](#)



PREPARAÇÃO

- ❑ Leia toda a atividade antes de a implementar e escolha que fases quer desenvolver de acordo com o tempo disponível. Se o tempo disponível é apenas de 50 minutos considere dedicar 2 aulas a explorar este caso.
- ❑ Imprima cópias das fichas História da Ana Maria e Brasil: Uso excessivo de força e racismo para cada participante ou grupo

Explore o curso gratuito e autogerido sobre a Maratona de Cartas na Academia Amnistia: www.academia.amnistia.pt/login/index.php

Sobre o caso do Pedro Henrique (português):

www.anistia.org.br/informe/anistia-internacional-brasil-cobra-justica-por-morte-de-ativista-em-tucano-ba

Sobre a violência nas favelas (português):

www.anistia.org.br/informe/pesquisa-revela-que-moradores-de-favelas-tem-prejuizo-de-r-14-milhoes-por-cao-da-guerra-as-drogas/



ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



É IMPORTANTE CONSIDERAR

Esta atividade aborda temas de violência racial, abusos e assassinatos policiais, que podem ser desconfortáveis para os participantes. A história de Pedro Henrique e Ana Maria pode provocar emoções fortes e desencadear situações de traumas passados para alguns participantes. Familiarize-se completamente com o conteúdo e antecipe possíveis áreas de sensibilidade para conduzir as discussões com empatia e compreensão. Verifique regularmente os participantes durante a atividade para avaliar seus níveis de conforto. Isto pode ser feito através de sinais não-verbais, conversas privadas ou breves pausas para reflexão. Durante e após a atividade, permita que os participantes expressem os seus sentimentos e pensamentos sobre a atividade e os tópicos discutidos. Isso pode ajudá-los a processar quaisquer emoções fortes que possam ter experimentado.



ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

1. LUTA PELA JUSTIÇA: A HISTÓRIA DE ANA MARIA | ⌚ 15 minutos

Dê as boas-vindas aos participantes e prepare-os explicando que esta atividade aborda temas de violência e discriminação racial, abusos e morte. Diga aos participantes que, se em algum momento se sentirem desconfortáveis, poderão optar por não participar e pedir apoio.

Distribua cópias da história de Ana Maria e dê às participantes alguns minutos para lerem as informações. De seguida, reúna os participantes e oriente uma discussão usando algumas das seguintes perguntas.

- O que aconteceu a Pedro Henriques, o filho de Ana Maria?
- O que vos surpreende ou choca sobre o que aconteceu ao Pedro Henrique?
- O que podemos aprender desta história sobre a importância de defender os direitos humanos e procurar obter justiça?

Destaque que, apesar das ameaças contínuas e da dor de perder o seu filho, Ana Maria procurou corajosamente a verdade sobre a sua morte, apelando às autoridades para uma investigação exaustiva e para que os responsáveis fossem levados a julgamento.

A história do assassinato de Pedro Henrique pode provocar fortes emoções e o tema da discriminação racial e da violência policial é vivido em muitos países e comunidades, sendo que os participantes podem ter vivido experiências próprias. Reserve tempo suficiente para permitir que os participantes partilhem os seus sentimentos. Se o tempo for escasso, reserve tempo para esta conversa e considere encerrar aqui a atividade e passar para a parte **Agir**.





ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

2. RACISMO, VIOLÊNCIA E IMPUNIDADE NO BRASIL | 🕒 60 minutos

Para aprofundar o tema da violência e racismo no Brasil, utilize este episódio da série “Cidade dos Homens” – **A coroa do imperador**. Alertamos para a linguagem que pode ser ofensiva ou suscetível de ferir a sensibilidade de algumas pessoas.

Este filme, com cerca de 30 minutos retrata a vivência numa favela, expondo as dinâmicas dos gangues e a forma como as intervenções policiais, mais do que proteger, afetam negativamente a vida dos moradores.

Depois de assistir ao filme, divida os participantes em pequenos grupos e distribua o anexo Brasil: Uso excessivo de força e racismo. Com base no filme e no documento discutam algumas destas questões:

- Qual a influência dos gangues na vida dos habitantes da favela?
- Como é que o dia-a-dia destes bairros marginalizados afeta o crescimento das crianças e jovens?
- Qual o papel da polícia na proteção dos habitantes?
- Como estão ligadas a violência policial, os assassinatos ilegais e a discriminação racial?
- O que acontece quando os governos não investigam os crimes ou não levam os perpetradores à justiça, por exemplo quando a polícia pode matar pessoas sem enfrentar as consequências?
- O que é necessário para quebrar o ciclo de violência, incluindo a violência policial? (pensem em medidas, leis, investigações, etc.)

Reúna novamente os participantes e peça aos grupos que partilhem algumas das suas conclusões e discussões.

Saliente que o que aconteceu ao Pedro Henrique não é um caso isolado. Explique que, no Brasil, o racismo, a discriminação e a violência policial estão enraizados nas instituições policiais como parte de sua cultura, e o Brasil tem uma das forças policiais mais letais do mundo. Pedro Henrique pode ter sido visado por ser um defensor dos direitos humanos que exigia o fim dos abusos policiais. No entanto, ele também foi alvo porque era negro, jovem e oriundo de uma comunidade pobre e marginalizada. Os assassinatos ilegais de jovens negros inocentes e de outras pessoas em comunidades

ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

marginalizadas são uma questão sistêmica no Brasil. Sob o pretexto de uma “guerra às drogas”, os direitos das populações negras e marginalizadas são violados diariamente. A guerra às drogas promove a invasão e ocupação violenta de favelas, impõe uma guerra diária a milhares de famílias e ceifa a vida de muitos jovens, como é retratado no filme.

Para terminar, pode passar a música “**Filho do leão**” da banda Planta e Raiz ou recomendar que os participantes a ouçam. Esta é a música favorita de Ana Maria e retrata a luta dos defensores de direitos humanos. Analisar a letra e compará-la com a história de Pedro Henrique também pode ser uma forma de explorar este caso.



ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

3. AGIR | 🕒 30 minutos

Explique a campanha Maratona de Cartas. Diga às participantes que a Amnistia Internacional está a pedir às pessoas de todo o mundo para exigirem justiça para a Ana Maria. Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ASSINAR A PETIÇÃO

Convide os participantes a assinar a petição dirigida ao Procurador-Geral da Bahia a exigir que seja feita uma investigação independente, imparcial e meticulosa do assassinato de Pedro Henrique e que levem à justiça os responsáveis num julgamento justo, em WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade a mostrar que Ana Maria não está sozinha e a ajudá-la a manter-se forte e resiliente.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

Algumas dicas:

- Digam de que país são, para mostrar à Ana Maria de quão longe lhes chega o nosso apoio
- A Ana Maria é uma grande fã de reggae e de música popular brasileira, assim como o seu filho Pedro Henrique era, então podem considerar mencionar a música nas vossas mensagens.
- Aqui ficam alguns exemplos de mensagens que podem utilizar:

Ana, estamos com você, a sua luta nos inspira a continuar!

Ana, você não está sozinha e o nome de Pedro Henrique não será esquecido!

ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Após escrever as mensagens podem fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes *hashtags*:

 **Twitter/X:** [@amnistiapt](https://twitter.com/amnistiapt)

 **Facebook:** www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt) e [@justicaparapedrohenrique](https://www.instagram.com/justicaparapedrohenrique)

Hashtags: #W4R23

De seguida, enviem as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona.
Nós comprometemo-nos a fazê-las chegar à Ana Maria.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar o caso de Ana Maria a outras pessoas na escola ou na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em [**A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES**](#).

BRASIL: USO EXCESSIVO DE FORÇA E RACISMO

No Brasil, o racismo continua a impulsionar a violência estatal. São frequentes os assassinatos por agentes de segurança pública, afetando desproporcionalmente pessoas negras em bairros marginalizados. Operações policiais fortemente armadas resultam com frequência em horas de tiroteio intenso em favelas e bairros marginalizados. O uso de força excessiva pelo Estado manifesta-se em assassinatos, incursões em casas de pessoas, destruição de bens, tortura psicológica, restrições à liberdade de movimentos das pessoas e a suspensão de serviços básicos, tais como escolas e centros de saúde.

A ‘guerra às drogas’ do Brasil, que dominou as políticas de segurança pública durante décadas, continuam a alimentar o ciclo de violência racial e execuções pela polícia. O Fórum Brasileiro de Segurança Pública reportou que, em 2021, 99% das vítimas de homicídios policiais eram do sexo masculino, 84% eram negras e 52% tinham menos de 25 anos de idade.

O aumento contínuo das vítimas mortais durante operações policiais é uma prova da falha do Estado em supervisionar efetivamente as condutas policiais. O facto de as pessoas negras representarem uma percentagem desproporcionalmente elevada de vítimas é evidência adicional de que o racismo sistémico e institucional continua a impulsionar a criminalização e o excessivo de força contra pessoas negras no Brasil. A persistência e a escala dos assassinatos policiais também demonstram a impunidade de que gozam aqueles diretamente responsáveis e a ausência de responsabilização daqueles que, na cadeia de comando, facilitam ou toleram o uso excessivo de força.

A Amnistia Internacional apela à justiça racial, para que as pessoas que foram historicamente e sistematicamente discriminadas possam usufruir de igualdade na lei e na prática. Os Estados devem assegurar justiça e reparação, nomeadamente através da remoção de leis, políticas e práticas racistas, e garantir igualdade no acesso a direitos económicos e sociais. Devem igualmente tomar medidas para acabar com o policiamento excessivo e a criminalização de pessoas e comunidades que enfrentam discriminação.

ATIVIDADE ANA MARIA SANTOS CRUZ

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Assassinatos, ou execuções extrajudiciais, são homicídios ordenados por um governo, ou cometidos com o conhecimento e apoio do governo. São levados a cabo pelos militares, pela polícia ou por civis operando com forças governamentais. As execuções extrajudiciais incluem assassinatos resultantes do uso excessivo de força por responsáveis pela aplicação da lei.

Justiça racial significa ir para além da prevenção de casos individuais de discriminação racial e combater também a opressão estrutural. Implica trabalhar para mudanças e soluções sistémicas, visando as causas de fundo da opressão racial na sua interseção com o patriarcado, o colonialismo e a escravatura, tal como com a desigualdade económica.



INFORMAÇÃO ADICIONAL

IMPUNIDADE E VIOLAÇÕES DO DIREITO À VIDA

Todas as pessoas têm o direito inerente à vida. Este direito é a pré-condição que nos permite desfrutar de todos os outros direitos e é protegido por lei. Ninguém deve ser privado do seu direito à vida. Isto significa que os governos não só têm de se abster de matar, mas devem igualmente tomar medidas razoáveis para evitar a morte. Uma falha em investigar as circunstâncias da morte de alguém pode constituir uma violação de direitos humanos à luz do direito internacional de direitos humanos.

Os Estados devem assegurar que ocorre uma investigação célere, independente, imparcial e efetiva se alguém perdeu a sua vida. Esta deve ser realizada por organismos independentes e imparciais. Se se suspeitar que a morte resultou de conduta criminosa, as autoridades devem garantir que os suspeitos de responsabilidade são levados perante a justiça em julgamentos justos.

As autoridades brasileiras falharam sistematicamente em investigar adequadamente casos de uso excessivo de força ou em assegurar que os responsáveis diretos ou da cadeia de comando são trazidos à justiça. Isto cria uma cultura de impunidade na qual agentes estatais que cometeram crimes evitam com frequência a punição.

INFORMAÇÃO ADICIONAL

PROTEÇÃO DOS DEFENSORES DOS DIREITOS HUMANOS

Globalmente, o espaço para as organizações da sociedade civil diminuiu de forma alarmante e as ameaças e desafios enfrentados pelos defensores dos direitos humanos aumentaram nos últimos anos. De acordo com a Relatora Especial da ONU sobre a situação dos defensores dos direitos humanos, o Brasil esteve entre os países onde foram mortos mais defensores dos direitos humanos entre 2015 e 2019.

Os governos têm a responsabilidade e a obrigação última de proteger os defensores dos direitos humanos e de garantir que estes podem levar a cabo o seu trabalho legítimo num ambiente seguro e propício, sem receio de represálias. Esta obrigação também requer que os governos implementem medidas para prevenir a prática de violações de direitos humanos contra defensores dos direitos humanos e abordem as alegações de abusos contra os mesmos. Contudo, os ataques contra defensores dos direitos humanos ocorrem precisamente porque os Estados não promovem um ambiente seguro e propício. Muitas vezes, os governos não reconhecem nem protegem os defensores em risco, ou falham em responsabilizar os perpetradores. Quando os Estados não levam a sério os ataques contra defensores, as autoridades enviam uma mensagem de que tais atos são tolerados, com poucas ou nenhuma consequência para os perpetradores, tornando mais prováveis novos ataques no futuro.

Defensores dos direitos humanos são indivíduos que, individualmente ou em associação com outros, agem de forma não-violenta para defender e promover os direitos humanos.

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

📍 **ÁFRICA DO SUL**

DIREITO A UMA HABITAÇÃO CONDIGNA

**MARATONA
DE CARTAS**

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



CONCEITOS CHAVE

- ▮ Direitos económicos, sociais e culturais
- ▮ Direito à habitação condigna e ao acesso à terra
- ▮ Direito à vida
- ▮ Defensores de direitos humanos



SOBRE ESTA ATIVIDADE

As participantes vão aprender sobre o direito a uma habitação condigna e as dificuldades vividas pelos defensores de direitos humanos através da história real de Thapelo Mohapi e da sua comunidade na África do Sul. Como parte da atividade os participantes são incentivados a assinar uma petição dirigida às autoridades para exigir justiça e a demonstrar solidariedade com Thapelo Mohapi.



TEMPO NECESSÁRIO

60 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir de 14 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- ▮ **Explorar** o direito a uma habitação condigna e identificar os seus elementos principais
- ▮ **Compreender** a ligação entre o direito a uma habitação condigna e os outros direitos humanos
- ▮ **Reconhecer** o papel e a importância dos defensores de direitos humanos
- ▮ **Conhecer** a campanha Maratona de Cartas da Amnistia Internacional
- ▮ **Escrever** cartas de apoio e solidariedade para Thapelo Mohapi

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO



MATERIAIS

- Ficha: Defender o direito a uma habitação condigna
- Ficha: História de Thapelo Mohapi
- Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH) versão simplificada
- Folhas de flipchart, folhas A4 marcadores e lápis
- Vídeo de Thapelo Mohapi [aqui](#)



PREPARAÇÃO

- Imprima cópias da ficha Defender o direito a uma habitação condigna e a versão simplificada da Declaração Universal dos Direitos Humanos para cada grupo ou participante
- Leia a informação adicional e a história de Thapelo

Explore o curso gratuito e autogerido sobre a Maratona de Cartas na Academia Amnistia: www.academia.amnistia.pt/login/index.php

Explore o site do Movimento Abahlali baseMjondolo (em inglês):
www.abahlali.org



ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

1. DESENHA A TUA COMUNIDADE IDEAL | ⌚ 25 minutos

Pergunte ao grupo O que acham que quer dizer ter direito a uma habitação condigna? e reúna algumas respostas.

Divida os participantes em pequenos grupos. Distribua por cada grupo alguns materiais de desenho (uma folha de *flipchart*, folhas A4 marcadores, lápis). Explique que cada grupo irá debater e desenhar a sua comunidade ideal.

Peça a cada participante para desenhar numa folha A4 a sua casa ideal. De seguida, sugira que, em conjunto e na folha de *flipchart*, liguem as suas casas com ruas, parques e outros espaços comuns desta nova pequena comunidade. Encoraje cada grupo a pensar nas necessidades de diferentes grupos de residentes e em como poderão responder a estas necessidades na sua comunidade.

Depois de 10 minutos volte a reunir o plenário e explique que toda a gente tem o direito humano a uma habitação condigna, o que significa uma habitação acessível, habitável e segura. Isto inclui poder viver num lugar que respeita o património cultural de cada um e tem, ao mesmo tempo, todos os serviços necessário, tais como água potável, saneamento, cuidados de saúde, escolas e oportunidades de emprego.

Peça às participantes para voltar a olhar para os seus desenhos e a debater o que quer dizer para eles, na prática, ter acesso a uma habitação condigna. Sugira que identifiquem no desenho os elementos que tornam uma habitação acessível, habitável e segura.

Relembre que o acesso a uma habitação condigna é um direito humano e pergunte ao grupo:

- O que quer dizer ter acesso a uma habitação acessível, habitável e segura?
- Como é que a falta de uma habitação condigna poderá afetar outras áreas da vida de uma pessoa, tais como a saúde, a educação, a vida familiar e o trabalho?
- Quantas pessoas acham que, no mundo, não tem acesso a uma habitação condigna? De que forma este é também um assunto a nível local e nacional?

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

Use a **informação adicional** sobre o acesso a uma habitação condigna enquanto direito humano para facilitar o debate. Conclua reforçando que, ainda que garantir o acesso a uma habitação condigna seja uma responsabilidade partilhada entre vários atores, tais como os governos, o setor privado, as organizações comunitárias e as pessoas, os governos tem o dever específico de proteger as pessoas e assegurar o acesso a uma habitação condigna. Os governos têm o papel de definir políticas públicas, regulamentos e normas acerca da habitação. Podem também providenciar fundos, terrenos ou incentivos para encorajar a construção de habitação acessível. Entre outras responsabilidades os governos devem:

- Garantir que todas as pessoas têm um grau mínimo de proteção contra despejos forçados;
- Proteger as pessoas contra a violação do seu direito a uma habitação condigna perpetuadas por empresas privadas ou outros atores não estatais;
- Rever e alterar leis e regulamentos sobre construção, planeamento e ordenamento do território para promover a habitação condigna para todos e facilitar às pessoas que vivem na pobreza a construção e manutenção das suas casas.

2. AMEAÇADO POR DEFENDER A SUA COMUNIDADE: A HISTÓRIA DE THAPELO | 🕒 25 minutos

Apresente a história de Thapelo Mohapi e do movimento Abahlali baseMjondolo (AbM). Leia a história com o grupo ou peça a uma voluntária para o fazer em voz alta. Distribua cópias da ficha Defender o direito a uma habitação condigna e a versão simplificada da DUDH. Deixe alguns minutos aos participantes para ler as fichas. De seguida, em plenário, facilite a discussão acerca destas perguntas:

- O que vos surpreendeu acerca da história de Thapelo?
- Quais são as dificuldades que vivem os moradores e os ativistas de eKhenana na sua luta por uma habitação condigna?
- Que direitos humanos estão a ser violados neste caso?
- Porque é que acham que Thapelo e a sua comunidade estão a ser atacados e ameaçados?
- O que devem fazer as autoridades para proteger e garantir os direitos humanos de Thapelo e outros membros do movimento AbM?

Use a **informação adicional** acerca do direito a uma habitação condigna para apoio na discussão.

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

3. AGIR | 🕒 30 minutos

Explique a campanha Maratona de Cartas da Amnistia Internacional. Diga às participantes que a Amnistia Internacional está a pedir às pessoas de todo o mundo para exigirem justiça para a Thapelo Mohapi e o movimento AbM. Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ASSINAR A PETIÇÃO

Convide os participantes a assinar a petição dirigida ao Ministro da Polícia da África do Sul disponível em WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade a Thapelo Mohapi e ao movimento AbM.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

Algumas dicas:

- Digam de que país são, para mostrar a Thapelo e ao movimento AbM de quão longe lhes chega o nosso apoio
- Thapelo gosta muito de futebol e de música jazz
- Thapelo fala inglês e isizulu. Aqui ficam alguns exemplos de mensagens que podem usar:

- **Simi nawe** (IsiZulu) – **We are with you** (Inglês) – **Estamos contigo** (Português)
- **Isibindi sakho siyasikhuthaza** (IsiZulu) – **Your courage inspires us** (Inglês) – **A tua coragem inspira-nos** (Português)

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLLO

Após escrever as mensagens podem fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes *hashtags*:

 **Twitter/X:** [@abahlalibm](https://twitter.com/abahlalibm) e [@amnistiaPT](https://twitter.com/amnistiaPT)

 **Facebook:** www.facebook.com/abahlalibasemjondolo e www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt) e [@abahlalibasemjondolo](https://www.instagram.com/abahlalibasemjondolo)

Hashtags: #ProtectThalepo, #ProtectAbM, #W4R23

Podem também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona. Comprometemo-nos a fazê-las chegar a Thapelo e ao movimento AbM.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar o caso de Thapelo a outras pessoas na escola e na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em [**A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES.**](#)

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

DEFENDER O DIREITO A UMA HABITAÇÃO CONDIGNA

A comuna de eKhenana está localizada em Cato Manor, um subúrbio de eThekwiní, no KwaZulu-Natal. Fica perto de subúrbios de classe média e de importantes locais de emprego. Historicamente conturbada por agitação política, tensão racial e despejos forçados sob o apartheid, Cato Manor continua a ser atormentado com escassez de alojamento, despejos forçados, contestações de terras e insuficiência de serviços. Ainda assim, Cato Manor também tem fama pelo seu ativismo e resistência.

A maioria dos residentes de eKhenana são migrantes económicos de zonas rurais da África do Sul que se mudaram para eThekwiní em busca de uma vida melhor para si e a sua família. Não conseguem comportar os elevados custos de arrendamento associados a viver na cidade e nos subúrbios. Assim, acabam frequentemente a ocupar terra e a construir casas de lata. Estas casas têm acesso limitado ou inexistente a serviços como água potável ou saneamento.

Determinados a melhorar a vida na comunidade, os membros do movimento Abahlali baseMjondolo (AbM) em eKhenana falaram contra casos de corrupção do governo local e trabalharam para melhorar a vida na sua comunidade. Iniciaram uma escola política na qual os residentes partilham o seu conhecimento e aprendem inglês. A escola tem uma quinta, uma cozinha comunitária e uma loja. Em troca, membros do AbM enfrentaram ameaças, assédio e intimidação. Foram vítimas de homicídios, de violência, assédio e danos às suas casas. De acordo com o AbM, desde o início do movimento em 2005 foram mortos 25 dos seus membros – 21 homens e quatro mulheres. Somente em 2022, foram assassinados três membros da secção de eKhenana do AbM – dois homens e uma mulher. Inúmeros outros membros do AbM foram atacados e viram as suas propriedades destruídas.

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

DEFENSORES DOS DIREITOS HUMANOS

Com frequência, defensores dos direitos humanos como Thapelo Mohapi enfrentam riscos significativos. Em muitos países, as autoridades não estão a fazer o suficiente para garantir a proteção dos defensores dos direitos humanos, muitos dos quais enfrentam ameaças e intimidação contínuas pelo seu trabalho. Os defensores dos direitos humanos arriscam as suas vidas para proteger as pessoas da África do Sul, desenvolvendo campanhas contra a corrupção, defendendo os direitos humanos e lutando para melhorar as vidas dos outros. Contudo, são tratados com desdém, ou pior, pelo Estado, que pouco ou nada faz para defender os seus direitos humanos ou para trazer à justiça quem os ataca.

Ainda assim, cada desafio representa uma oportunidade para a mudança. A coragem e a resiliência de defensores dos direitos humanos como Thapelo Mohapi acenderam frequentemente a faísca da transformação, fomentando a unidade e a coragem dentro das suas comunidades. O seu empenho ajuda a trazer os temas da habitação e dos direitos humanos para o foco global, instigando discussões cruciais. Apesar das dificuldades, os defensores dos direitos humanos transmitem esperança e recordam-nos o poder da ação coletiva perante a adversidade.

Os **defensores os direitos humanos** são pessoas que, individual ou coletivamente, agem pacificamente para defender, proteger ou promover os direitos humanos ao nível local, nacional ou internacional. Qualquer pessoa pode ser defensora dos direitos humanos, desde que não use nem defenda a violência.

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

INFORMAÇÃO ADICIONAL

HABITAÇÃO CONDIGNA COMO DIREITO HUMANO

Todas as pessoas têm o direito a um nível de vida adequado para a sua saúde e bem-estar. Isto inclui o direito humano a uma habitação adequada. O Artigo 25º da DUDH diz que todos temos o direito à alimentação, ao vestuário, à habitação e a cuidados de saúde suficientes para nós próprios e as nossas famílias. À luz do direito internacional, estarmos adequadamente alojados significa termos segurança de posse – estarmos livres do medo de sermos ilegalmente forçados a sair das nossas casas ou de nos retirarem das nossas casas e terras. Inclui viver em algum lado que respeita e é conforme à nossa herança cultural, providenciando também o acesso aos serviços, escolas e oportunidades de emprego necessárias.

O acesso a uma habitação condigna também significa que a habitação deve ser acessível, habitável e segura. Mais de 1.8 mil milhões de pessoas em todo o mundo vivem em assentamentos informais ou em alojamentos inadequados, com acesso limitado a serviços essenciais como água potável, saneamento e eletricidade, e muitas vivem sob ameaça de despejo forçado. Em 2021, um censo governamental revelou que mais de uma em cada 10 famílias da África do Sul vivia em assentamentos informais. No meio da abundância, muitas pessoas continuam com fome, vivem em habitações precárias sem serviços essenciais tais como água potável e casas-de-banho e crescem sem acesso a educação. Tal não se deve apenas a falta de recursos, mas também se deve a negligência e discriminação. Os governos em todo o mundo simplesmente não estão dispostos a fazer o suficiente a esse respeito.

As pessoas que vivem em pobreza estão frequentemente encurraladas porque são excluídas do resto da sociedade, é-lhes negada a voz e são ameaçadas com violência e insegurança. Muitas pessoas que vivem em favelas ou assentamentos informais não estão protegidas de assédio, como no caso dos despejos forçados, porque o seu direito a viver ali não é legalmente reconhecido.

ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

INFORMAÇÃO ADICIONAL

DESPEJOS FORÇADOS

Os despejos forçados ocorrem quando pessoas são removidas das suas casas e terras sem aviso prévio, consulta e compensação. Os despejos forçados são ilegais sob quaisquer circunstâncias e violam o direito a habitação adequada. Com frequência, os despejos forçados são violentos, destroem meios de subsistência e deixam as pessoas em situação de sem abrigo. Os níveis elevados de pobreza e desigualdade da África do Sul, agravados pelo desemprego generalizado e pela ausência de acesso a serviços adequados, criaram as condições para a agitação social, política e económica. É neste contexto que defensores dos direitos humanos como Thapelo Mohapi arriscam as suas vidas para garantir que as pessoas na África do Sul têm acesso aos direitos humanos, incluindo a habitação adequada.



ATIVIDADE THAPELO MOHAPI E O MOVIMENTO ABAHLALI BASEMJONDOLO

INFORMAÇÃO ADICIONAL

ALÉM DE UM ABRIGO: SEGURANÇA, PAZ E DIGNIDADE

O direito a habitação adequada está ligado a outros direitos económicos, sociais e culturais. Habitação adequada significa mais do que apenas ter um teto sobre a cabeça; trata-se de viver em segurança, paz e dignidade. Afeta diretamente a concretização de outros direitos, como o direito a um nível de vida adequado, incluindo apoio social e proteção, estar perto de oportunidades de trabalho (o direito a trabalho), ter acesso a bons cuidados de saúde, água limpa, saneamento e alimentos (o direito a saúde), bem como estar perto de escolas (o direito a educação). Os direitos a desfrutar de atividades culturais e a cidadania também estão ligados aos direitos habitacionais. Todos estes direitos estão interligados, pelo que se um é ignorado ou violado, outros podem igualmente ser afetados. Garantir o direito a habitação adequada é, por isso, fundamental para atingir uma proteção abrangente dos direitos humanos e assegurar um nível de vida adequado para todas as pessoas.



ATIVIDADE AHMED MANSOOR

📍 EMIRADOS ÁRABES UNIDOS

JULGAMENTOS INJUSTOS E TORTURA

**MARATONA
DE CARTAS**

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



CONCEITOS CHAVE

- ▮ Liberdade de expressão
- ▮ Detenção arbitrária
- ▮ Julgamento injusto
- ▮ Tortura e outros maus-tratos



SOBRE ESTA ATIVIDADE

As participantes vão aprender sobre a liberdade de expressão e o que acontece quando este direito é violado. Ahmed Mansoor está arbitrariamente detido em condições terríveis e em prolongada detenção solitária que representa tortura. Na atividade os participantes são convidados a assinar petições dirigidas às autoridades dos Emirados Árabes Unidos apelando à libertação imediata e incondicional de Ahmed Mansoor e a escrever mensagens de solidariedade.



TEMPO NECESSÁRIO

60 minutos – pode precisar de mais tempo para a secção **Agir**



IDADE / GRUPO-ALVO

A partir de 14 anos.



OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

- ▮ Explorar a importância da liberdade de expressão e as implicações da violação deste direito.
- ▮ Reconhecer o que constitui tortura e outros maus-tratos e que relação tem com os direitos humanos.
- ▮ Aprender sobre a Maratona de Cartas da Amnistia Internacional.
- ▮ Escrever mensagens de solidariedade e apoio para Ahmed Mansoor.

ATIVIDADE AHMED MANSOOR

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



MATERIAIS

- Ficha: História de Ahmed
- Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH) versão simplificada
- Papel, canetas e marcadores
- Vídeo sobre o caso de Ahmed Mansoor [aqui](#)



PREPARAÇÃO

- Imprima as fichas História de Ahmed e a versão simplificada da Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH) para cada participante/grupo.
- Leia a informação adicional e a história de Ahmed.

Explore o curso gratuito e autogerido sobre a Maratona de Cartas na Academia Amnistia: www.academia.amnistia.pt/login/index.php

Sobre a Liberdade de expressão:

www.amnistia.pt/tematica/liberdade-de-expressao

Sobre tortura:

www.amnistia.pt/tematica/tortura



É IMPORTANTE CONSIDERAR

Esta atividade versa sobre questões sensíveis como a tortura e outras violações dos direitos humanos. Pode levar a respostas fortes e emocionais ou ser perturbadora para quem tenha experienciado, ou seja sensível a estes assuntos. Os facilitadores devem proporcionar um espaço seguro para os participantes expressarem os seus sentimentos e devem estar preparados para dar apoio se for necessário ou encaminhar para alguém que possa prestar apoio sobre este assunto.

1. DISCUSSÃO SOBRE A LIBERDADE DE EXPRESSÃO | ⌚ 15 minutos

Dê as boas-vindas às participantes e diga-lhes que nesta atividade vão abordar a liberdade de expressão. Peça-lhes que pensem durante um minuto sobre de que forma expressam as suas ideias e preocupações. Depois lance as seguintes perguntas:

- De que formas gostam de expressar as vossas ideias?
- Porque é que é importante poderem expressar-se?
- Como é que se sentem quando expressam as vossas opiniões?

Pergunte aos participantes se conseguem pensar em alguma pessoa que se tenha expressado e contribuído para uma mudança positiva no mundo, mas que a sua liberdade de expressão ou a mudança que aspirava alcançar também encontrou resistência. Discutam alguns exemplos, realçando os resultados específicos no caso de cada uma das pessoas e o que lhes aconteceu. Isto pode incluir repercussões legais como prisão, multas ou acusações de difamação, bem como repercussões sociais como reações públicas negativas, ameaças ou assédio.

Explique que vão explorar o caso real de alguém que foi injustamente preso e sujeito a tortura e outros maus-tratos exclusivamente por ter exercido o seu direito à liberdade de expressão para protestar contra as políticas do governo do seu país e por denunciar violações dos direitos humanos. Explique que, para perceber este caso, vão primeiro perceber o que significa tortura.

2. COMPREENDER A TORTURA E OUTROS MAUS-TRATOS | ⌚ 15 minutos

Leia alto cada uma das afirmações da tabela em baixo e, no fim de cada uma, peça às participantes que digam se acham que a afirmação é verdadeira ou falsa. Encoraje alguns voluntários de ambas as perspetivas a partilharem as suas razões e incentive o debate sobre perspetivas diferentes. Depois de ter ouvido as participantes, leia a breve explicação que confirma ou não a afirmação e só depois passe à afirmação seguinte.

ATIVIDADE AHMED MANSOOR

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Os participantes podem indicar as suas opiniões usando cartões coloridos (verde para verdadeiro, vermelho para falso), ou podem colocar-se em diferentes lados da sala (um lado para verdadeiro, outro lado para falso).

Afirmação	Verdadeiro ou Falso	Explicação
“O confinamento solitário prolongado representa tortura.”	VERDADEIRO	As Nações Unidas estabeleceram que o confinamento solitário durante mais de 15 dias pode representar tortura devido à severa dor psicológica e sofrimento que pode provocar.
“Algumas formas de tortura não são tão más.”	FALSO	Todas as formas de tortura são desumanas e degradantes. A severidade da forma de tortura não deixa de ser uma violação de direitos humanos.
“Apenas alguns dos piores governos usam tortura.”	FALSO	Infelizmente, a tortura é usada por muitos governos. Não é só usada pelos mais opressivos. É um assunto global.
“A tortura pode incluir atos que não causam dor física, como humilhação ou ameaças.”	VERDADEIRO	A tortura não é só provocar dor física, também pode ser psicológica, tal como humilhação, ameaças ou confinamento solitário prolongado, causando severa dor psicológica.
“As condições prisionais desumanas não são uma forma de tortura.”	FALSO	Condições desumanas, como sobrelotação ou falta de condições sanitárias ou cuidados médicos, podem constituir tortura ou outros tratamentos cruéis, desumanos ou degradantes.
“O uso da tortura pode justificar-se em algumas circunstâncias.”	FALSO	A tortura nunca é justificada. É ilegal à luz do direito internacional, independentemente da situação ou do que se pretenda alcançar. Não é permitida, mesmo em tempos de emergência.
“A tortura é usada como uma forma de discriminação.”	VERDADEIRO	A tortura é usada desproporcionalmente contra certos grupos, como sejam dissidentes políticos, minoria étnicas ou comunidades marginalizadas, servindo como ferramenta para a discriminação e opressão.
“A tortura é um método eficaz de obter informação.”	FALSO	Estudos revelam que a tortura não é eficaz para obter informação fidedigna. As pessoas sob tortura podem dizer qualquer coisa para fazer parar a dor.
“As vítimas de tortura podem ser pessoas vulneráveis social e economicamente que são inocentes e não cometeram qualquer crime.”	VERDADEIRO	Qualquer pessoa pode tornar-se vítima de tortura, incluindo pessoas que sejam sociais ou economicamente vulneráveis. Não se limita aos ativistas políticos, suspeito criminosos, ou prisioneiros de guerra. A tortura é frequentemente usada em pessoas sobre as quais não há provas de que sejam culpados de algum crime.

3. FALAR VERDADE AO PODER – O CASO DE AHMED | ⌚ 15 minutos

Distribua cópias da **História de Ahmed** e da versão simplificada da **Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH)**.

Divida os participantes em pequenos grupos, dê-lhes alguns minutos para lerem as duas folhas que distribuiu e peça-lhes que discutam o caso do Ahmed usando as seguintes questões:

- O que é que vos chocou ou surpreendeu no caso do Ahmed?
- Que direitos humanos do Ahmed foram violados?
- Como é que este caso se relaciona com a liberdade de expressão?
- O que é que acontece quando os governos censuram ou silenciam as pessoas desta forma?
- O que é que devia acontecer para haver justiça para o Ahmed?

Volte a juntar todos os participantes e peça aos grupos que partilhem as suas discussões e conclusões. Escolha algumas respostas e use a **informação Adicional** para ajudar a conduzir a conversa.



4. AGIR | 🕒 15 minutos

Apresente a Maratona de Cartas da Amnistia Internacional. Explique que a Amnistia Internacional está a convidar as pessoas a agir para exigir justiça para Ahmed Mansoor e a pedir a sua libertação imediata e incondicional. Pode mostrar algumas das vitórias obtidas no passado através da Maratona de Cartas visitando a página WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ASSINAR A PETIÇÃO

Convide as participantes a assinar a petição dirigida ao Presidente dos Emirados Árabes Unidos disponível em WWW.AMNISTIA.PT/MARATONA

ENVIAR MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Convide as participantes a preparar e enviar mensagens de solidariedade e de esperança para o Ahmed Mansoor.

As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão.**

Algumas dicas:

- Digam de que país são, para mostrar ao Ahmed de quão longe lhes chega o nosso apoio
- Podem incluir poesia, porque o Ahmed também é poeta.
- Não devem ter conteúdo religioso.
- Podem incluir frases em inglês, tal como:
 - **Ahmed, you are not alone!** (inglês) – **Ahmed, não estás sozinho!** (português)

ATIVIDADE AHMED MANSOOR

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Após escrever as mensagens podem fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes *hashtags*:

 **Twitter/X:** [@Ahmed_Mansoor](https://twitter.com/Ahmed_Mansoor) e [@amnistiaPT](https://twitter.com/amnistiaPT)

 **Facebook:** www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt)

Hashtags: #FreeAhmed, #W4R23

De seguida enviem as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona. Nós comprometemo-nos a fazê-las chegar ao Ahmed, à sua família ou a organizações de apoio.

TORNAR-SE MULTIPLICADOR DA MARATONA

Para além da ação individual os participantes podem também pensar em conjunto como fazer chegar o caso de Ahmed a outras pessoas na escola ou na comunidade. Pode dedicar algum tempo a mapear ideias de ação, escolher as mais relevantes e colocá-las em prática, junto com o grupo.

Pode consultar mais informações sobre isto no booklet geral, em [**A MARATONA NAS ESCOLAS E UNIVERSIDADES**](#).

INFORMAÇÃO ADICIONAL

LIBERDADE DE EXPRESSÃO

Em muitos países, é perigoso falar em apoio aos direitos humanos e expor a verdade sobre violações. Ao invés de abordar as preocupações prementes e promoverem o diálogo para encontrar soluções para a injustiça, os abusos e a discriminação, os governos respondem frequentemente estigmatizando e reprimindo vozes críticas, manifestantes pacíficos e defensores dos direitos humanos. Desde 2011, as autoridades dos Emiratos Árabes Unidos (EAU) montaram uma repressão sem precedentes dos direitos à liberdade de expressão e de associação no país. O espaço para a dissidência diminuiu severamente e muitas pessoas, tanto emiradenses como estrangeiros, que criticaram as autoridades dos EAU, as políticas governamentais ou a situação dos direitos humanos no país foram assediados, presos, torturados ou alvo de outros maus-tratos, ou ainda submetidos a julgamento e prisão injustos.

Muitos governos abusam da sua autoridade para abafar as críticas e silenciar a dissidência pacífica ao aprovarem leis que criminalizam a liberdade de expressão. O discurso crítico, a dissidência e o protesto são rotineiramente censurados, punidos ou obstruídos de outras formas, tanto online como offline. Com frequência, isto é feito em nome do contraterrorismo, da ordem pública, da segurança nacional ou da religião. Mas o respeito pelos direitos humanos é parte da segurança nacional e da ordem pública, e o direito à liberdade de expressão está protegido sob o direito internacional de direitos humanos.

O direito à liberdade de expressão aplica-se a ideias de todos os tipos e protege a capacidade das pessoas de protestarem, ainda que a sua mensagem possa ser considerada ofensiva, chocante ou perturbadora. Qualquer restrição a estes direitos humanos deve ser legal, proporcional e necessária.

INFORMAÇÃO ADICIONAL

TORTURA

Tortura é quando alguém, num cargo oficial, inflige dor ou sofrimento mental ou físico grave a outra pessoa com um fim específico. Por vezes, as autoridades torturam uma pessoa para extrair a confissão de um crime, ou para obter informação. Por vezes, a tortura é simplesmente usada como punição que espalha o medo na sociedade.

Os métodos de tortura variam. Podem ser de natureza física, como espancamentos e choques elétricos. Podem ser de natureza sexual, como violação ou humilhação sexual. Ou podem ser de natureza psicológica, como privação de sono ou confinamento solitário prolongado. A pesquisa da Amnistia Internacional mostra que a tortura pode ocorrer a qualquer pessoa – criminosos comuns, pessoas de minorias étnicas, manifestantes, ativistas estudantis e pessoas que estavam simplesmente no lugar errado no momento errado. As pessoas pobres e marginalizadas são as que mais frequentemente são espancadas, humilhadas ou violadas pela polícia e por outros agentes quando não há ninguém para as proteger ou ouvir os seus gritos de ajuda. Nos termos do direito internacional, a tortura e outras formas de maus-tratos são sempre ilegais. Foram internacionalmente proibidas durante décadas. A existência de várias definições de tortura e outros maus-tratos ao abrigo do direito internacional pode ser confusa, mas existem elementos comuns à maioria das definições de tortura, nomeadamente:

- A tortura resulta em dor física e/ou mental, ou em sofrimento suficientemente severo para ser considerado grave.
- A tortura é infligida intencionalmente.
- A tortura é infligida com um fim ou com base em discriminação.
- No infligir de tortura estão, direta ou indiretamente, envolvidas autoridades.

ATIVIDADE AHMED MANSOOR

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

A proibição da tortura e outros maus-tratos é absoluta, ou seja, nunca pode haver qualquer justificação para sujeitar uma pessoa a tortura ou outros maus-tratos. Também faz parte do chamado direito internacional consuetudinário. Isto significa que é legalmente vinculativo para todos os Estados, independentemente de terem ou não assinado o tratado que contém a proibição. No entanto, muitos Estados falharam em criminalizar a tortura como um delito específico nas suas legislações nacionais, e governos em todo o mundo continuam a desafiar o direito internacional torturando pessoas. Entre janeiro de 2009 e maio de 2013, a Amnistia Internacional recebeu relatos de tortura em 141 países, de todas as regiões do mundo.



MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

HISTÓRIAS DOS CASOS DA

MARATONA DE CARTAS



📍 AUSTRÁLIA

A HISTÓRIA DO *UNCLE* PABAI E DO *UNCLE* PAUL

LUTAR PARA SALVAR AS SUAS TERRAS ANCESTRAIS

O **Uncle Pabai** e o **Uncle Paul** são líderes comunitários da nação Guda Maluyilgal, na parte mais setentrional da Austrália, no Estreito de Torres. Os seus antepassados indígenas viveram nas ilhas durante milhares de anos.

Atualmente, devido às alterações climáticas, o seu modo de vida, os sistemas de conhecimentos tradicionais, as práticas culturais e as ligações espirituais que foram transmitidas de geração em geração poderão ser destruídos para sempre. A subida do nível do mar está a causar mais destruição todos os anos, provocando a erosão das praias, destruindo locais culturais sagrados e cemitérios onde estão enterrados os seus antepassados, destruindo as hortas e pondo em risco as infraestruturas das ilhas.

O Uncle Pabai e o Uncle Paul - que são referidos como “Uncle” pelas suas comunidades em sinal de respeito - recorreram aos tribunais. Alegam que o governo australiano não está a tomar medidas suficientes para evitar os danos causados pelas alterações climáticas, o que resulta na destruição das suas terras e da sua cultura.

A menos que sejam tomadas medidas urgentes, muitos habitantes das ilhas do Estreito de Torres serão obrigados a abandonar as suas terras nos próximos anos, à medida que grandes áreas se tornarem inabitáveis. Isto seria devastador para as comunidades. Como diz o tio Pabai: “Nascemos nestas ilhas, elas são as nossas mães, as nossas identidades, aquilo que somos. Durante milhares de anos, as nossas famílias guerreiras lutaram contra todos os que tentaram tirar-nos a nossa terra natal. Mas agora, podemos perder a luta para as alterações climáticas”.



**ASSINA A PETIÇÃO
DIRIGIDA AO PRIMEIRO-MINISTRO
DA AUSTRÁLIA**

APOIA UNCLE PABAI E UNCLE PAUL A MANTEREM-SE FORTES

Convide as participantes a preparar e enviar uma mensagem de solidariedade ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul. As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão**. Algumas dicas:

- ▮ Digam de que país são, para mostrar ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul de quão longe lhes chega o nosso apoio
- ▮ Os totens do Uncle Paulo e do Uncle Pabai são o crocodilo, o cão e a folha de inhame - que é também o símbolo da paz. Não hesite em utilizar estes símbolos com respeito nas suas obras de arte e ideias criativas. Outros símbolos incluem água, ondas, ilhas e canoas. Azul, verde, branco e preto são as cores do Estreito de Torres.
- ▮ O Uncle Pabai e o Uncle Paul falam inglês e Kalaw Kawaw Ya, a língua falada nas ilhas de Boigu e Saibai. Pode incluir esta mensagem de exemplo: **Mura kalmel sipa** (Kalaw Kawaw Ya) **Together we unite** (Inglês) **Estamos juntos** (Português)

Após escrever as mensagens podes fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes hashtags:

 **Twitter/X:** [@amnistiapt](https://twitter.com/amnistiapt)

 **Facebook:** www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt)

Hashtags: #W4R23

Podes também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona ou por correio:



Amnistia Internacional Portugal
Rua dos Remolares, 7, 2º
1200-370 Lisboa

Comprometemo-nos a fazê-las chegar ao Uncle Pabai e ao Uncle Paul.



MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

BRASIL

A HISTÓRIA DE ANA MARIA SANTOS CRUZ

A LUTA DE UMA MÃE POR JUSTIÇA

Ana Maria Santos Cruz é uma mãe extremosa. Gosta de assistir a concertos e eventos culturais com a sua filha em Salvador, no Brasil. No entanto, desde a morte do seu filho, Pedro Henrique, Ana Maria sente que parte de si lhe foi retirada.

Assim como a sua mãe, Pedro Henrique era um ávido amante da arte e da música. Ele era um grande fã da música popular brasileira e do reggae, incluindo Bob Marley e Peter Tosh. Foi membro do grupo religioso Rastafari, que partilha uma filosofia e tradições culturais e um modo de vida em que conceitos como equilíbrio, amor, espiritualidade e destino, e também a diáspora negra africana e a consciência negra, são centrais.

Na sua curta vida, Pedro Henrique conquistou muito. Ativista e defensor da justiça racial e dos direitos humanos, Pedro Henrique organizou as “Caminhadas pela Paz” em Tucano, Bahia, Brasil. Estas marchas anuais reuniram várias pessoas para falarem contra os abusos da polícia sobretudo contra as comunidades negras. Estes momentos de solidariedade foram recebidos com hostilidade e intimidação por parte da polícia.

Alguns polícias começaram a monitorizar Pedro Henrique. Ameaçaram-no e atacaram-no violentamente pelo seu ativismo. A 27 de dezembro de 2018, Pedro Henrique foi morto aos 31 anos. A sua casa foi invadida por três homens encapuzados enquanto dormia ao lado da namorada. Foi atingido oito vezes na cabeça e no pescoço. A namorada reconheceu os três homens como sendo polícias.

Os polícias suspeitos pelo assassinato de Pedro Henrique foram indiciados em 2019. Mas quase cinco anos depois, ainda estão em funções na polícia. A investigação do assassinato ainda não foi concluída e o julgamento ainda não começou.

Apesar das ameaças contínuas e do luto pela perda do filho, Ana Maria tem procurado estoicamente a verdade sobre a sua morte, e tem apelado às autoridades para que levem a cabo uma investigação e um julgamento meticuloso.



**ASSINA A PETIÇÃO
DIRIGIDA AO PROCURADOR-GERAL
DA BAHIA**

APOIA ANA MARIA A MANTER-SE FORTE

Envia-lhe a tua mensagem de solidariedade e esperança. As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão**. Algumas dicas:

- ▮ Digam de que país são, para mostrar à Ana Maria de quão longe lhes chega o nosso apoio
- ▮ A Ana Maria é uma grande fã de reggae e de música popular brasileira, assim como o seu filho Pedro Henrique era, então podem considerar mencionar a música nas vossas mensagens.
- ▮ Aqui ficam alguns exemplos de mensagens que podem utilizar:

Ana, estamos com você, a sua luta nos inspira a continuar!

Ana, você não está sozinha e o nome de Pedro Henrique não será esquecido!

Após escrever as mensagens podes fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes hashtags:

 **Twitter/X:** [@amnistiapt](https://twitter.com/amnistiapt)

 **Facebook:** www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt) e [@justicaparapedrohenrique](https://www.instagram.com/justicaparapedrohenrique)

Hashtags: #W4R23

Podes também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona ou por correio:



Amnistia Internacional Portugal
Rua dos Remolares, 7, 2º
1200-370 Lisboa

Comprometemo-nos a fazê-las chegar à Ana Maria.

ÁFRICA DO SUL

A HISTÓRIA DE THAPELO

AMEAÇADO POR DEFENDER
A SUA COMUNIDADE

Thapelo Mohapi adora ouvir jazz e apoiar as suas equipas de futebol favoritas, os Mamelodi Sundowns e o Manchester City. No entanto, neste momento não pode usufruir destas coisas como costumava, uma vez que, desde 2021 tem sido forçado a viver escondido devido às ameaças feitas contra a sua vida.

Enquanto secretário-geral do Abahlali baseMjondolo (AbM), um movimento de base comunitária vibrante e corajoso, Thapelo tem dedicado à sua vida a lutar pelos direitos das pessoas em toda a África do Sul, particularmente em áreas que estão a sofrer dificuldades económicas.

Um desses locais é eKhenana, na província de ZwaZulu-Natal. A maior parte dos residentes são migrantes económicos da zona rural da África do Sul que se deslocaram à procura de melhores condições. Estas pessoas não conseguem suportar os altos custos de vida e frequentemente acabam por construir casas precárias (feitas de lata) com pouco ou nenhum acesso a água ou saneamento. Enfrentam também a brutalidade policial, despejos forçados e fraco acesso a serviços públicos, entre outros desafios.

Determinados a melhorar a vida da comunidade, os membros do AbM em eKhenana, insurgiram-se contra casos de corrupção no governo local e trabalharam arduamente para melhorar a vida da sua comunidade através da criação de uma escola, horta, cozinha comunitária e loja. Em retorno, foram recebidos não só com resistência, mas com ameaças, assédio e intimidação por parte dos oficiais do Estado que têm incitado à violência contra eles. Os membros do AbM foram vítimas de tentativas e de assassinatos, violência, assédio e danos às suas casas. Só em 2022, três membros do AbM foram mortos em eKhenana.



ASSINA A PETIÇÃO
DIRIGIDA MINISTRO DA POLÍCIA
DA ÁFRICA DO SUL

APOIA THAPELO A MANTER-SE FORTE

Envia-lhe a tua mensagem de solidariedade e esperança. As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão**. Algumas dicas:

- ▮ Digam de que país são, para mostrar a Thapelo e ao movimento AbM de quão longe lhes chega o nosso apoio
- ▮ Thapelo gosta muito de futebol e de música jazz
- ▮ Thapelo fala inglês e isizulu. Aqui ficam alguns exemplos de mensagens que podem usar:
 - **Simi nawe** (IsiZulu) – **We are with you** (Inglês) – **Estamos contigo** (Português)
 - **Isibindi sakho siyasikhuthaza** (IsiZulu) – **Your courage inspires us** (Inglês) – **A tua coragem inspira-nos** (Português)

Após escrever as mensagens podes fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes hashtags:

 **Twitter/X:** [@abahlalibm](https://twitter.com/abahlalibm) e [@amnistiaPT](https://twitter.com/amnistiaPT)

 **Facebook:** www.facebook.com/abahlalibasemjondolo e www.facebook.com/amnistiapt

 **Instagram:** [@amnistiapt](https://www.instagram.com/amnistiapt) e [@abahlalibasemjondolo](https://www.instagram.com/abahlalibasemjondolo)

Hashtags: #ProtectThalepo, #ProtectAbM, #W4R23

Podes também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona ou por correio:



Amnistia Internacional Portugal
Rua dos Remolares, 7, 2º
1200-370 Lisboa

Comprometemo-nos a fazê-las chegar a Thapelo e ao movimento AbM.

📍 EMIRADOS ÁRABES UNIDOS

A HISTÓRIA DE AHMED MANSOOR

PRESO POR DIZER A VERDADE AO PODER

Ahmed Mansoor é um pai e marido extremoso. É poeta, blogger e defensor dos direitos humanos. Neste momento, está preso em al-Sadr, em Abu Dhabi, nos Emirados Árabes Unidos (EAU). Passa os seus dias numa cela em isolamento, sem acesso a livros, papéis ou canetas. Nem sequer tem acesso a uma cama.

O crime que cometeu? Dizer a verdade. Antes da sua prisão, Ahmed era uma das poucas vozes nos Emirados Árabes Unidos que transmitia para o resto do mundo informação credível e independente sobre as violações de direitos humanos perpetradas no país. Levantava regularmente preocupações sobre a detenção, tortura e julgamentos injustos das vozes dissidentes nos EAU. Falava sobre os problemas dentro do sistema judicial e das leis nacionais que violavam as leis internacionais.

Ahmed está, por isto, a pagar um preço elevado. Em março de 2017, as forças de segurança invadiram a sua casa e prenderam-no. Durante mais de um ano, ninguém, nem mesmo a sua família, soube onde estava detido. Em maio de 2018, Ahmed foi sentenciado a uma década na prisão sob acusações que incluíram “insultar os Emirados Árabes Unidos e os seus símbolos”.

Como forma de protestar contra as suas condições de prisão, Ahmed recorreu já por duas vezes a greves de fome, perdendo muito peso e colocando a sua vida em risco. Ainda assim, é apenas autorizado a sair da cela três vezes por semana, quando os guardas retiram todos os outros prisioneiros do pátio da prisão e Ahmed consegue estar breves momentos ao sol, sozinho.



ASSINA A PETIÇÃO
DIRIGIDA AO PRESIDENTE DOS
EMIRADOS ÁRABES UNIDOS

APOIA AHMED A MANTER-SE FORTE

Envia-lhe a tua mensagem de solidariedade e esperança. As mensagens podem incluir **textos, desenhos, colagens e outras formas de expressão**. Algumas dicas:

- ▮ Digam de que país são, para mostrar ao Ahmed de quão longe lhes chega o nosso apoio
- ▮ Podem incluir poesia, porque o Ahmed também é poeta.
- ▮ Não devem ter conteúdo religioso.
- ▮ Podem incluir frases em inglês, tal como:
 - **Ahmed, you are not alone!** (inglês) – **Ahmed, não estás sozinho!** (português)

Após escrever as mensagens podes fotografá-las e partilhá-las nas redes sociais, usando estes *hashtags*:

 **Twitter/X:** [@Ahmed_Mansoor](https://twitter.com/Ahmed_Mansoor) e [@AmnistiaPT](https://twitter.com/AmnistiaPT)

 **Facebook:** www.facebook.com/AmnistiaPT

 **Instagram:** [@AmnistiaPT](https://www.instagram.com/AmnistiaPT)

Hashtags: #FreeAhmed, #W4R23

Podes também enviar as mensagens de solidariedade através do site da Amnistia Internacional Portugal em www.amnistia.pt/maratona ou por correio:



Amnistia Internacional Portugal
Rua dos Remolares, 7, 2º
1200-370 Lisboa

Comprometemo-nos a fazê-las chegar ao Ahmed, à sua família ou a organizações de apoio.



MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

MYANMAR

A HISTÓRIA DE MAUNG SAWYEDDOLLAH

ENFRENTAR O FACEBOOK PELO SEU PAPEL NAS ATROCIDADES NO MYANMAR

Há seis anos, a vida não era fácil para **Maung Sawyeddollah**, mas ele gostava de jogar futebol e sonhava em tornar-se médico. Porém, em 2017, quando tinha 15 anos, a sua vida ficou virada do avesso.

As forças militares do Myanmar iniciaram uma limpeza étnica contra os Rohingya – uma minoria étnica que enfrentou décadas de discriminação patrocinada pelo Estado. Milhares de Rohingya foram mortos, violados, torturados, e as suas aldeias queimadas.

Temendo pela vida, Sawyeddollah e a família caminharam durante 15 dias até chegarem ao Bangladesh. Conseguiram chegar ao campo de refugiados Cox's Bazar, onde ainda vivem.

Agora, Sawyeddollah quer ser advogado, procurando justiça para os que sofrem à sua volta. Para além de estudar, faz campanha para que a empresa dona do Facebook, a Meta, assuma a responsabilidade pela sua contribuição para as atrocidades. Anos antes do ataque, os algoritmos da Meta amplificaram o incitamento anti-Rohingya no Facebook, “alimentando” a violência das forças militares do Myanmar.

Sawyeddollah e a sua família perderam tudo, mas ele ainda tem esperança. Ele e a sua comunidade estão a pedir à Meta para pagar as devidas reparações pelo seu papel nas atrocidades, incluindo o financiamento de programas educativos em Cox's Bazar. Ele acredita que a educação irá ajudar a reconstruir as vidas despedaçadas das pessoas na sua comunidade.

Exija à Meta que forneça uma reparação efetiva ao Sawyeddollah e às comunidades Rohingya!



ESCREVA AO CHEFE EXECUTIVO DA META MARK ZUCKERBERG

Exija que a Meta assuma uma reparação efetiva a Sawyeddollah e às comunidades Rohingya afetadas, uma vez que permitiu que o ódio e a discriminação contra a comunidade Rohingya alastrassem no Facebook.



Mark Zuckerberg, Meta CEO
1 Hacker Way
Menlo Park, CA 94025
USA



Saudação: Ex.mo Sr. Zuckerberg
Email: humanrightsteam@meta.com
Facebook: www.facebook.com/zuck
Instagram: @zuck
Hashtags: #PayUpMeta, #RohingyaRemediation; #RohingyaReparations, #W4R23

AJUDA A MANTER SAWYEDDOLLAH COM ÂNIMO

Envie as suas mensagens de solidariedade e esperança para que Sawyeddollah saiba que tem o seu apoio na sua luta pelas reparações.



Maung Sawyeddollah
A/C Amnesty International South Asia Regional Office
23/2 Horton Place,
Colombo 7,
SRI LANKA



Twitter / X: @M_Sawyed
Hashtags: #W4R23

SUMÁRIO DA DECLARAÇÃO UNIVERSAL DOS DIREITOS HUMANOS



DIREITOS CIVIS E LIBERDADES

Direito à vida, a ser livre de tortura e discriminação, direito à não discriminação.

- Artigo 1 Liberdade e igualdade em dignidade e direitos
- Artigo 2 Não-discriminação
- Artigo 3 Direito à vida, liberdade e segurança pessoal
- Artigo 4 Direito a ser livre de escravatura
- Artigo 5 Direito a ser livre de tortura



DIREITOS LEGAIS

Direito a ser considerado inocente, direito a um julgamento justo, direito a ser livre de detenção ou prisão arbitrária

- Artigo 6 Todas as pessoas são protegidas pela lei
- Artigo 7 Todas as pessoas são iguais perante a lei
- Artigo 8 Direito a ser compensado quando um direito é violado
- Artigo 9 Direito a não ser detido ou preso injustamente ou exilado
- Artigo 10 Direito a um julgamento justo
- Artigo 11 Direito a ser considerado inocente até prova em contrário
- Artigo 14 Direito a ir para outro país e a pedir proteção



DIREITOS SOCIAIS

Direito à educação, a constituir e manter família, ao lazer e aos cuidados de saúde.

- Artigo 12 Direito à privacidade, a ter uma casa e uma vida familiar
- Artigo 13 Liberdade para viver e viajar livremente além-fronteiras
- Artigo 16 Direito a casar e constituir família
- Artigo 24 Direito ao descanso e lazer
- Artigo 26 Direito à educação, incluindo Ensino básico gratuito



DIREITOS ECONÓMICOS

Direito à propriedade, ao trabalho, à habitação, a ter uma pensão, a um nível de vida adequado.

- Artigo 15 Direito a uma nacionalidade
- Artigo 17 Direito à propriedade e a ter posses
- Artigo 22 Direito à segurança social
- Artigo 23 Direito de trabalhar por um salário justo e filiar-se num sindicato
- Artigo 25 Direito a um nível de vida adequado à sua saúde e bem-estar



DIREITOS POLÍTICOS

Direito a participar no governo do país, direito a votar, direito a reunião pacífica, liberdade de expressão, crença e religião.

- Artigo 18 Liberdade de crença (incluindo crença religiosa)
- Artigo 19 Liberdade de expressão e direito de divulgação de informações
- Artigo 20 Liberdade de se juntar a associações e reunir com outras pessoas de forma pacífica
- Artigo 21 Direito a fazer parte do governo do seu país



DIREITOS CULTURAIS, DIREITOS DE SOLIDARIEDADE

Direito de participar da vida cultural da comunidade.

- Artigo 27 Direito de partilhar a vida cultural de sua comunidade
- Artigo 28 Direito a uma ordem internacional onde todos os direitos possam ser plenamente realizados
- Artigo 29 Responsabilidade de respeitar os direitos dos outros
- Artigo 30 Ninguém pode retirar estes direitos!