

ESCREVA UMA CARTA MUDE UMA VIDA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL



AMNISTIA.PT/MARATONA



ESCREVA UMA CARTA MUDE UMA VIDA

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Bem-vindo ao kit geral da Maratona de Cartas 2025 da Amnistia Internacional. Aqui encontrará tudo o que precisa para participar com sucesso na 24ª edição da Maratona de Cartas.

A Maratona de Cartas muda vidas e as suas palavras são essenciais para que isso aconteça.

As pessoas que são protagonistas da campanha este ano são de várias partes do mundo. Desde uma pastora de renas que luta para proteger as terras da sua comunidade na Noruega, a uma comentadora de televisão presa por denunciar violações de direitos humanos na Tunísia, a um menino que perdeu a vida após cair numa

latrina no seu jardim de infância na África do Sul. Todas estas pessoas estão ligadas porque os seus direitos humanos foram violados.

A Maratona de Cartas dá-lhe a oportunidade de fazer uma diferença real na vida dessas pessoas. E não apenas nas quatro pessoas e grupos apresentados na campanha deste ano, mas também nas suas famílias e comunidades que os rodeiam.

Se está a ler este kit, é porque se recusa a ficar calado perante as violações dos direitos humanos. É porque quer agir. Quer participe com um grupo de amigos, ou colegas de trabalho, com a sua família ou sozinho, as palavras que escrever irão mudar vidas.

JUNTE-SE A NÓS!





**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**

AMNISTIA.PT/MARATONA

“Esta campanha não só chamou a atenção para o seu caso, como foi feita de uma forma que honrou Rocky como pessoa, pai e avô. Sei que o apoio recebido significou muito para Rocky, e saber que tantas pessoas se sentiram motivadas a agir é verdadeiramente inspirador.”

Miriam Bankston, membro da equipa jurídica de Rocky Myers, EUA

Rocky Myers, um homem negro com deficiência intelectual, passou três décadas no corredor da morte no Alabama acusado de ter cometido um homicídio. Rocky foi condenado com base em testemunhos marcados por inconsistências e alegadas pressões policiais. Foi condenado à morte por um juiz que aplicou a pena de morte contra a vontade do júri, uma prática abolida no Alabama em 2017, mas que nunca foi aplicada retroativamente a Rocky ou a outros prisioneiros como ele. O caso de Rocky Myers esteve em destaque na Maratona de Cartas 2023, o que levou a uma enorme campanha global que pedia ao governador do Alabama que lhe concedesse clemência e comutasse a sua pena de morte. Em fevereiro de 2025, os pedidos foram concedidos. A luta de Rocky por justiça ainda não acabou, pois a sua pena de morte foi comutada para prisão perpétua sem possibilidade de liberdade condicional, mas a ameaça de ser executado foi suspensa.



O QUE É A MARATONA DE CARTAS?

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Uma carta pode mudar a vida de alguém. Essa é a ideia por trás da Maratona de Cartas, a nossa campanha global de assinatura de petições e escrita de cartas.

Há mais de duas décadas, um pequeno grupo de ativistas na Polónia decidiu organizar uma maratona de 24 horas de escrita de cartas no dia 10 de Dezembro – Dia dos Direitos Humanos. A ideia rapidamente se disseminou por outras secções da Amnistia Internacional e hoje, a Maratona de Cartas é o maior evento de direitos humanos do mundo.

Nos últimos meses do ano, pessoas em todo o mundo escrevem milhões de cartas, mensagens de solidariedade, publicam posts nas redes sociais e assinam petições para dar força e alento aos que viram os seus direitos humanos mais básicos ser atacados.

Todos estes apoiantes formam uma comunidade vibrante de pessoas que continua uma longa tradição de escrever cartas para corrigir alguns dos maiores erros que ocorrem no mundo.

**A 24ª EDIÇÃO DA MARATONA DE CARTAS
DECORRE EM PORTUGAL DE 20 DE OUTUBRO DE
2025 A 31 DE DEZEMBRO DE 2025**



COMO FUNCIONA A MARATONA DE CARTAS?

Depois de um longo trabalho de investigação, a Amnistia Internacional seleciona um conjunto de casos de pessoas ou comunidades em risco.

1

Pessoas em mais de 200 países e territórios participam em todo o tipo de eventos.

2

Escrevem milhões de cartas, e-mails e posts nas redes sociais e assinam petições.

3

Apoiam pessoas cujos direitos humanos foram violados.

4

Colocam pressão nos governos, líderes políticos e decisores.

5

Demonstram carinho e apoio pelas pessoas que protagonizam os casos da Maratona de Cartas e pelas suas famílias.

6

Fazem a mudança acontecer – libertam ativistas, asseguram que é feita justiça para aqueles cujos direitos foram violados, e protegem as pessoas que lutam por mudança.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

PORQUE PRECISAMOS DE AGIR?

MARATONA DE CARTAS

AMNISTIA INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

País atrás de país, os direitos das pessoas – de se manifestarem contra a injustiça, de não serem discriminadas, etc. – estão sob ameaça. As nossas cartas, palavras e ações irão pressionar as

autoridades a tomarem medidas imediatas, para que os direitos de todos e de todas sejam protegidos e aqueles que violam os direitos humanos sejam levados à justiça.

PARA QUEM ESCRREVEMOS?

Todos os anos, pedimos às pessoas que escrevam dois tipos de cartas:

- Uma é dirigida às autoridades – seja um rei, um presidente ou um chefe de polícia – que pode ajudar a fazer a mudança acontecer. Esta carta é disponibilizada em formato petição no

website da Amnistia Internacional www.amnistia.pt/maratona/ - para que o processo de assinatura seja mais simples e intuitivo.

- A outra carta é uma mensagem de solidariedade para a pessoa (ou grupo de pessoas) por quem lutamos, para que saibam que nunca as vamos esquecer.



E TEM IMPACTO?

Sim! Todos os anos, mudanças reais acontecem por causa das suas cartas e ações. Pessoas presas injustamente são libertadas. Os abusadores são levados à justiça. E as pessoas na prisão são tratadas de forma mais humana.

QUANDO É QUE ACONTECE?

Em Portugal, a Maratona de Cartas decorre de 20 de outubro de 2025 a 31 de dezembro de 2025. Nos outros locais do mundo, as datas de realização da Maratona e a sua duração podem variar, mas no dia 10 de dezembro - Dia dos Direitos Humanos – as secções da Amnistia Internacional em todo o mundo mobilizam pessoas para escrever cartas e mudar vidas.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA





**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

“Vocês entraram em contacto connosco no momento em que mais precisávamos. O meu filho estava doente, a minha mãe estava doente. O facto de eu estar na prisão teve um impacto tão grande na minha mãe que ela ficou debilitada. Esta campanha deu-lhe força. Encorajou-nos a todos. Por isso, não sei como agradecer suficientemente à Amnistia Internacional.”

Dorgelesse Nguessan dos Camarões

Em setembro de 2020, preocupações com a situação económica dos Camarões levaram Dorgelesse Nguessan a participar pela primeira vez numa manifestação. Durante uma manifestação pacífica, Dorgelesse foi presa. Foi acusada de «insurreição, reunião, encontros e manifestações públicas» e condenada a cinco anos de prisão. Após a sua participação na Maratona de Cartas em 2022, Dorgelesse foi libertada, em janeiro de 2025, e pôde reunir-se com a sua família.

COMO PARTICIPAR?

1 CONHEÇA OS CASOS

Este ano, em Portugal seleccionámos quatro casos de pessoas e comunidades, que viram os seus direitos atacados.

Os casos são de quatro países diferentes e, para além da informação no nosso site - poderá encontrar quatro fichas informativas no final deste kit, resumindo as suas histórias. Dê uma olhadela.

2 ASSINE OS CASOS DA MARATONA

Devido à política de proteção de dados, todas as assinaturas das petições, dirigidas aos decisores que poderão mudar o rumo de cada um dos casos, deverão ser feitas online em:

www.amnistia.pt/maratona.

Qualquer pessoa maior de 14 anos pode assinar as petições, mas os participantes menores de idade deverão assinar apenas mediante autorização prévia dos seus representantes legais. Não se esqueça que será sempre necessário ter o número do seu documento de identificação consigo, porque essa é a forma da sua assinatura ser considerada válida.

3 ESCREVA SUAS CARTAS/MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE

Saber que não estamos sozinhos ou que não fomos esquecidos tem uma força imensa. Por isso, convidamos todas as pessoas a escrever uma mensagem de solidariedade para os protagonistas dos quatro casos em foco. Poderá escrever um poema ou fazer um desenho ou simplesmente escrever algumas palavras de alento, seja criativo.

Poderá enviar-nos essas cartas por correio para que as façamos chegar aos protagonistas ou deixar a sua mensagem no formulário online disponível no nosso site.

Todas as mensagens serão enviadas aos destinatários pela Amnistia Internacional.

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



LUTAM PARA PROTEGER AS SUAS TERRAS ANCESTRAIS E A SUA CULTURA

Ellinor Guttorm Utsi
Noruega

...her indígena Sámi e para proteger o modo de vida, no norte da ilha central o pastoreio da comunidade, ela...

...ações seguem rotas migratórias sazonais pelo Ártico. Eles dependem das pastagens de verão em...

A criação de renas é fundamental para o sistema alimentar Sámi, que depende da pastagem migratória pelos terrenos do Ártico para produzir alimentos, roupas e artesanato sustentáveis. Ellinor lidera os esforços para defender os direitos da sua comunidade a terra e a cultura, destacando a luta contínua dos povos indígenas presos entre as alterações climáticas, os direitos à terra e o desenvolvimento de energias renováveis.

Em 2023 foi, subitamente, proposta a instalação de várias centenas de turbinas eólicas em todo o território Sámi. Muitas dessas turbinas estavam planeadas para serem construídas nas pastagens de verão de Ellinor. Estes projetos de grande escala envolvem a instalação de centenas de turbinas, estradas e linhas elétricas que vão fragmentar a terra, perturbar a migração das renas e destruir um modo de vida profundamente ligado à natureza.

Apesar da forte oposição, as autoridades norueguesas estão a apressar as aprovações destes projetos. Ellinor trabalha incansavelmente para garantir que as vozes dos Sámi sejam ouvidas e os seus direitos respeitados, mas o tempo está a esgotar-se.

Peça à Noruega para ouvir Ellinor e o povo Sámi e ajude-a a proteger as suas terras, modos de subsistência e cultura.

ESCREVA AO PRIMEIRO-MINISTRO DA NORUEGA
Exija que os direitos das comunidades Sámi criadoras de renas sejam protegidos, garantindo que os grandes projetos industriais de energia nuclear que ameaçam as suas terras e modo de vida não sejam implementados sem o consentimento livre, prévio e informado dos povos afetados.
ASSINE A PETIÇÃO: www.amnistia.pt/maratona/ellinorguttormutsi

MOSTRE A ELLINOR, À SUA COMUNIDADE E A TODOS OS PASTORES DE RENAS SÁMI QUE OS APOIA
Escreva mensagens de solidariedade para amplificar as suas vozes e defender a sua cultura, território e futuro. Poderá desenhá-las, escrevê-las ou mesmo algumas palavras em Sámi. Mili dagaŋat dinn! - Nós apoiamos-vos! Állan dagaŋat! - Deixem as montanhas viver! Čálli! - Sobrevivam que mostra o espírito Sámi.

ENVIAR AS SUAS MENSAGENS DIRETAMENTE NO SITE DA AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL EM WWW.AMNISTIAINTERNACIONAL.PT/ENVIAR-POR-CORREIO.

Amnistia Internacional Portugal
Maratona de Cartas
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, nº 2,
2º andar - A e B
7100-337 Oeiras

HASHTAGS: #ProtectSamiRights, #W4R25, #maratonadecartas2025

COMO PARTICIPAR?

4

DIVULGUE A SUA ASSINATURA E MENSAGENS DE SOLIDARIEDADE ONLINE E TAGUE A AMNISTIA INTERNACIONAL

Depois de assinar uma petição, divulgue-a nas redes sociais, e após escrever a sua mensagem de solidariedade, tire uma fotografia e publique-a. Utilize as hashtags #maratonadecartas, #maratonadecartas2025, #W4R25 ou as hashtags específicas de cada caso referidas nas fichas informativas.

Por favor, identifique também a Amnistia Internacional nos seus posts nas redes sociais para que possamos encontrá-lo.

EXEMPLO DE POST

O maior evento de ativismo para os Direitos Humanos no mundo já começou!

Todos os anos a Amnistia Internacional, a nível global, promove a Maratona de Cartas, uma campanha em que a organização desafia todas as pessoas a agirem em defesa de quem se encontra em risco.

Até 31 de janeiro de 2025, a Amnistia Internacional pretende recolher o maior número de assinaturas em defesa de seis pessoas e comunidades muito especiais: Neth Nahara, Manahel al-Otaibi, Maryia Kalesnikava, Kyung Seok Park, Wet'suwet'en e Professora Sebnem Fincanci.

Saiba como atuar em www.amnistia.pt/maratona. Junte-se a esta iniciativa!

A sua assinatura tem mais poder do que imagina.
#maratonadecartas2024

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA



COMO PARTICIPAR?

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

5

CHEGUE AINDA MAIS LONGE E ORGANIZE UMA AÇÃO OU EVENTO DE RECOLHA DE ASSINATURAS

Se quiser juntar-se a nós na promoção deste evento, poderá inscrever-se no nosso [website](#) ou escrever-nos para maratona@amnistia.pt e aceder aos materiais digitais que estão disponíveis ou pedir materiais impressos! Deixamos de seguida alguns exemplos de ideias para ações, mas a criatividade não tem limites.

SE PERTENCER A UMA IPSS, ASSOCIAÇÃO OU OUTRAS ENTIDADE SEM FINS LUCRATIVOS:

- Escolha um ou mais casos com que se identifiquem mais na entidade. Divulgue esse(s) caso(s) junto dos utentes, clientes e/ou associados. Promova momentos conjuntos de escrita de mensagens de solidariedade, elaboração de postais, assinatura online das petições;
- Divulgue nas redes sociais da associação o vosso apoio à Maratona de Cartas apelando à assinatura das petições;
- Crie uma banca de informação sobre este projeto num espaço da vossa comunidade, mobilizando mais pessoas a assinarem as petições e a escrever mensagens de solidariedade.

SE FOR PROFESSOR OU EDUCADOR

Consulte o nosso kit educativo da Maratona de Cartas disponível no nosso [website](#) e dinamize algumas das atividades de Educação para os Direitos Humanos aí sugeridas.



SE PERTENCER A UMA EMPRESA:

- Envie um e-mail a todos os colegas/trabalhadores/colaboradores, para que assinem as petições em defesa dos casos e/ou escrevam mensagens de solidariedade;
- Afixe cartazes de um ou mais casos da Maratona de Cartas nos espaços comuns da empresa: espaços de refeição, ao pé da máquina de café, sala de convívio, etc.;
- Aproveite o jantar de Natal da empresa para promover um momento de ativismo em que todos têm a oportunidade de assinar uma ou todas as petições e escrever mensagens de solidariedade;
- Realize uma ação de teambuilding no local de trabalho, com foco na maratona de cartas.

SE PRETENDER DIVULGAR A MARATONA A NÍVEL INDIVIDUAL:

- Envie uma mensagem no WhatsApp, e-mail ou outra plataforma, a todos os seus contactos apelando a que assinem as petições e escrevam mensagens de solidariedade;
- Promova um momento de ativismo num jantar de aniversário em que todos têm a oportunidade de assinar uma ou todas as petições e escrever mensagens de solidariedade;
- Peça materiais impressos e afixe cartazes no café ou loja do seu bairro, aldeia, vila ou cidade.

**PARTILHE AS SUAS AÇÕES NAS REDES SOCIAIS TAGANDO
A AMNISTIA INTERNACIONAL @AMNISTIAPT**



PORQUE É QUE A SOLIDARIEDADE É IMPORTANTE?

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Pode pensar que escrever a alguém que não conhecemos não irá fazer a diferença ou que a nossa carta não será lida. Mas quando alguém está preso ou teme pela sua vida ou está desesperadamente à procura de

justiça para os seus entes queridos, ter alguém que acredita em si é muito importante. Podem estar a sentir-se ansiosos e sozinhos, e as suas palavras trarão conforto e esperança.

“Como ativista dos direitos humanos dos Rohingya, estou profundamente grato à Maratona de Cartas, que não só ajudou a aumentar a visibilidade da minha plataforma, mas também se tornou um catalisador para a mudança. A viagem de um pequeno canto no maior campo de refugiados do mundo para o palco global foi transformadora e reafirma o poder da ação coletiva na abordagem a questões de direitos humanos. A Maratona de Cartas não só amplificou a minha voz, como também teceu uma rede de apoio, solidariedade e amizade global, servindo como testemunho do espírito indomável daqueles que se comprometem com a causa da justiça e dos direitos humanos.”

Maung Sawyeddollah, ativista dos direitos humanos Rohingya e sobrevivente de atrocidades

MARATONA
DE CARTAS

AMNISTIA
INTERNACIONAL

AMNISTIA.PT/MARATONA

Através da solidariedade que recebeu em 2023, Maung Sawyeddollah sentiu o abraço de uma comunidade global de aliados, mantendo viva a sua esperança após sobreviver à campanha de assassinatos e violência do exército de Myanmar contra pessoas da etnia Rohingya. Sawyeddollah foi um dos principais ativistas na busca da sua comunidade por justiça e reparação da Meta, empresa-mãe do Facebook, pelo papel da empresa no sofrimento e deslocamento forçado da sua comunidade. Em 2023, Sawyeddollah enfrentou sérios riscos de segurança no campo de refugiados onde vivia no Bangladesh devido ao seu trabalho em direitos humanos. Em agosto de 2024, Sawyeddollah recebeu um visto de saída de Bangladesh e um visto de estudante para frequentar a universidade nos EUA. Esta oportunidade só foi provavelmente possível devido à enorme visibilidade que Maratona de Cartas 2023 deu ao seu caso.



**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

CONHEÇA OS 4 CASOS DA 24ª MARATONA DE CARTAS

FICHAS INFORMATIVAS



**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

PRESA E SILENCIADA POR DENUNCIAR

Sonia Dahmani

📍 Tunísia

Tunísia



Sonia Dahmani adora o mar, longos dias na praia com amigos e noites tranquilas a ver filmes. Ela tem um profundo apreço pela arte em todas as suas formas, desde pinturas e exposições até teatro e música. Mas o que mais importa para Sonia é a sua família, incluindo a sua amada cadela, Carla.

Sonia é advogada e comentadora na televisão e rádio, e dedicou a sua vida à defesa dos direitos humanos, defendendo os marginalizados e dizendo o que outros têm medo de dizer, sem medo das consequências. Ela é uma crítica feroz das condições desumanas nas prisões e do racismo, abordando regularmente essas questões em programas de televisão e rádio.

A 11 de maio de 2024, polícias mascarados invadiram violentamente a Ordem dos Advogados da Tunísia, em Tunes, e prenderam Sonia. Ela foi levada para a prisão de Manouba, onde permanece desde então. As autoridades tunisinas condenaram Sonia por «divulgar notícias falsas», com outras investigações motivadas politicamente ainda pendentes. Sonia enfrenta muitos anos de prisão por se manifestar contra as injustiças. A sua prisão é uma tentativa clara de a silenciar.

Sonia está detida em condições desumanas. A sua cela está infestada de ratos. Ela tem sido vítima de tratamento degradante por parte das autoridades prisionais. Está a ser-lhe negada assistência médica, incluindo a medicação de que necessita.

Exija a libertação imediata da Sonia.

ESCREVA AO PRESIDENTE DA TUNÍSIA

Peça às autoridades tunisinas para libertar imediata e incondicionalmente Sonia Dahmani, anular as sentenças e retirar todas as acusações contra ela, uma vez que está detida exclusivamente por exercer o seu direito à liberdade de expressão.

ASSINE A PETIÇÃO: www.amnistia.pt/peticao/soniadahmani



E escreva uma mensagem no Facebook e/ou no X “tagando” o Presidente da Tunísia:

FACEBOOK: www.facebook.com/Presidence.tn

X: @TnPresidency

HASHTAGS: #FreeSonia, #W4R25, #maratonadecartas2025

MOSTRE À SONIA QUE ELA NÃO ESTÁ SOZINHA

Envie mensagens de esperança e solidariedade à Sonia. Deixe-a saber que a apoia na sua luta pelos direitos humanos na Tunísia. Pode escrever em inglês e, se quiser, fazer desenhos de cães (a Sonia tem uma cadela chamada Carla) para acompanhar a sua mensagem.

ENVIE AS SUAS MENSAGENS DIRETAMENTE NO SITE DA AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL EM
www.amnistia.pt/maratona **OU ENVIE POR CORREIO:**

Amnistia Internacional Portugal
Maratona de Cartas
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, nº 2,
3º Andar - A e B
2780-337 Oeiras

HASHTAGS: #FreeSonia, #W4R25,
#maratonadecartas2025

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

LUTAM PARA PROTEGER AS SUAS TERRAS ANCESTRAIS E A SUA CULTURA

Ellinor Guttorm Utsi

📍 Noruega



ELLINOR GUTTORM UTSI

Noruega



Ellinor Guttorm Utsi é uma mulher indígena Sámi e uma líder apaixonada que luta para proteger o modo de vida tradicional da sua comunidade, no norte da Noruega, que tem como elemento central o pastoreio de renas. Como porta-voz da sua comunidade, ela defende a sua família e o seu povo, que há muitas gerações seguem rotas migratórias sazonais pelo Ártico. Eles dependem das pastagens de verão em Čorgaš, terras que agora estão sob ameaça iminente.

A criação de renas é fundamental para o sistema alimentar Sámi, que depende da pastagem migratória pelos terrenos do Ártico para produzir alimentos, roupas e artesanato sustentáveis. Ellinor lidera os esforços para defender os direitos da sua comunidade à terra e à cultura, destacando a luta contínua dos povos indígenas presos entre as alterações climáticas, os direitos à terra e o desenvolvimento de energias renováveis.

Em 2023 foi, subitamente, proposta a instalação de várias centenas de turbinas eólicas em todo o território Sámi. Muitas dessas turbinas estavam planeadas para serem construídas nas pastagens de verão de Ellinor. Estes projetos de grande escala envolvem a instalação de centenas de turbinas, estradas e linhas elétricas que irão fragmentar a terra, perturbar a migração das renas e destruir um modo de vida profundamente ligado à natureza.

Apesar da forte oposição, as autoridades norueguesas estão a apressar as aprovações destes projetos. Ellinor trabalha incansavelmente para garantir que as vozes dos Sámi sejam ouvidas e os seus direitos respeitados, mas o tempo está a esgotar-se.

Peça à Noruega para ouvir Ellinor e o povo Sámi e ajudá-los a proteger as suas terras, meios de subsistência e cultura.

ESCREVA AO PRIMEIRO-MINISTRO DA NORUEGA

Exija que os direitos das comunidades Sámi criadoras de renas sejam protegidos, garantindo que os grandes projetos industriais de energia eólica que ameaçam as suas terras e modo de vida não sejam implementados sem o consentimento livre, prévio e informado dos povos afetados.

ASSINE A PETIÇÃO: www.amnistia.pt/peticao/ellinorguttormutsi



E escreva uma mensagem no Facebook, no X e/ou no Instagram “tagando” o Primeiro-Ministro norueguês:

FACEBOOK: www.facebook.com/regjeringennorge

X: @Regjeringen

INSTAGRAM: regjeringen

HASHTAGS: #ProtectSámiRights, #W4R25, #maratonadecartas2025

MOSTRE À ELLINOR, À SUA COMUNIDADE E A TODOS OS PASTORES DE RENAS SÁMI QUE OS APOIA

Escreva mensagens de solidariedade para amplificar as suas vozes e defender a sua cultura, território e futuro. Poderá desenhar paisagens ou renas e escrever algumas palavras em Sámi: *Mii doarjut din!* – Nós apoiamo-vos! *Ellos duoddarat!* – Deixem as montanhas viver! *ČSV!* – “abreviatura que mostra o espírito Sámi.

ENVIE AS SUAS MENSAGENS DIRETAMENTE NO SITE DA AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL EM
www.amnistia.pt/maratona OU ENVIE POR CORREIO:

Amnistia Internacional Portugal
Maratona de Cartas
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, nº 2,
3º Andar - A e B
2780-337 Oeiras

HASHTAGS: #ProtectSámiRights, #W4R25, #maratonadecartas2025

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

'LUTAMOS PARA PROTEGER A NOSSA AMAZÓNIA, E O NOSSO FUTURO'

Guerreiras pela Amazônia

📍 Equador



GUERREIRAS PELA AMAZÔNIA

Equador



“Não somos apenas ativistas; somos filhas da terra, das nossas comunidades; somos as guerreiras da floresta que se recusa a morrer. Somos a Amazônia que resiste aos impactos da indústria petrolífera, pela qual as nossas comunidades e o nosso planeta estão a arder”

As Guerreiras pela Amazônia (Guerreras por la Amazonía) são um grupo de ativistas com idades entre os dez e os 20 anos. Elas lutam ao lado da União das Pessoas Afetadas pelas Operações Petrolíferas da Texaco (UDAPT) e do coletivo “Eliminen los Mecheros, Enciendan la Vida” (Removam as Chamas, Acendam a Vida) para proteger as suas comunidades dos gases tóxicos e da devastação física causada pelas queimas de gás. Utilizadas no processo de extração de petróleo, as queimas de gás são um dos processos que mais contribui para a crise climática.

Com o apoio da UDAPT, as Guerreiras pela Amazônia juntaram-se a uma ação judicial contra o Estado equatoriano em 2020. E venceram. Em 2021, uma decisão histórica exigiu que o governo eliminasse as queimas de gás. No entanto, os «monstros de fogo» continuam a arder.

Em vez de serem celebradas pela sua coragem, as jovens defensoras têm enfrentado estigma, assédio e intimidação violenta. Em vez de investigarem as ameaças contra elas, as autoridades equatorianas disseram ao grupo que só lhes fornecerão proteção se elas pararem com o seu ativismo.

Apele ao Equador para eliminar as queimas de gás e proteger os defensores climáticos.

ESCREVA AO PRESIDENTE DO EQUADOR

Exija que as autoridades equatorianas cumpram a decisão do tribunal de eliminar as queimas de gás, e que assegurem a segurança dos defensores climáticos.

ASSINE A PETIÇÃO: www.amnistia.pt/peticao/guerreiraspelaamazonia



E escreva uma mensagem no Facebook, no X e/ou no Instagram “tagando” o Presidente do Equador:

FACEBOOK: www.facebook.com/Presidence.tn

X: @TnPresidency

TIKTOK: danielnoaboak

HASHTAGS: #EliminaLaMecha, #EnciendeLaVida, #TurnOnLife, #W4R25, #maratonadecartas2025

MOSTRE O SEU APOIO ÀS GUERREIRAS PELA AMAZÔNIA, UDAPT E ÀS SUAS COMUNIDADES

Envie as suas mensagens de apoio às jovens defensoras climáticas, dizendo-lhes que a sua luta está a inspirar pessoas a agir em todo o mundo, para proteger o planeta. Pode escrever em espanhol ou inglês e se quiser desenhar pode incluir animais que representam as guerreiras (Dennise: puma | Rosa Daniela e Wita: coelho | Kerly: gato | Dannya: capivara | Scarlett: borboleta | Evelyn e Dannya: beija-flor | Leonela: jaguar | Jamileth: vaca).

ENVIE AS SUAS MENSAGENS DIRETAMENTE NO SITE DA AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL EM www.amnistia.pt/maraton OU ENVIE POR CORREIO:

Amnistia Internacional Portugal
Maratona de Cartas
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, nº 2,
3º Andar - A e B
2780-337 Oeiras

HASHTAGS: #EliminaLaMecha, #EnciendeLaVida, #TurnOnLife, #W4R25, #maratonadecartas2025

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

PERDEU A VIDA ONDE DEVERIA ESTAR SEGURO

Unecebo Mboteni

📍 África do Sul



Unecebo Mboteni era um menino alegre de três anos que gostava de fazer amigos e brincar com os seus carrinhos. A sua presença era notada quando ele estava na sala de aula.

A 18 de abril de 2024, Unecebo caiu numa latrina no seu jardim de infância na província do Cabo Oriental, na África do Sul. Morreu no dia seguinte.

Desde 2018, outras duas crianças também morreram após caírem em latrinas naquela mesma província. No entanto, a trágica perda destas jovens vidas não foi suficiente para garantir a erradicação de todas as latrinas nas escolas, incluindo jardins de infância. Infelizmente, a experiência educativa de uma criança na África do Sul ainda depende do sítio onde ela nasceu, da sua riqueza e da cor da sua pele. Como disse o pai de Unecebo: “O meu filho morreu numa armadilha mortal criada para pessoas pobres”.

Um ano depois, a família não teve qualquer notícia do jardim de infância ou do Departamento de Educação Básica do governo da África do Sul, sobre se a latrina em que Unecebo caiu foi encerrada, e muito menos sobre se foi feito algum avanço na investigação sobre a sua morte. Em vez de respostas sobre como este trágico incidente aconteceu, a família de Unecebo foi recebida com silêncio.

Unecebo perdeu a vida num lugar onde deveria estar seguro. A sua família merece respostas.

Exija justiça para Unecebo Mboteni.

ESCREVA PARA A MINISTRA DO ENSINO BÁSICO

Exija que a investigação sobre a morte de Unecebo seja rápida, as conclusões tornadas públicas e que os responsáveis respondam na justiça pelos seus atos. Peça ainda que as autoridades da África do Sul assegurem a retirada de todas as latrinas dos jardins de infância do país.

ASSINE A PETIÇÃO: www.amnistia.pt/peticao/unecebomboteni



E escreva uma mensagem no Facebook e/ou no X “tagando” a Ministra:

FACEBOOK: www.facebook.com/SiviweGwarubeMP

X: @Siviwe_G

INSTAGRAM: [siv_gwarube](https://www.instagram.com/siv_gwarube)

HASHTAGS: #JusticeForUnecebo, #W4R25, #maratonadecartas2025

MOSTRE À FAMÍLIA DO UNECEBO QUE ELES NÃO ESTÃO SOZINHOS NA SUA LUTA POR JUSTIÇA

Escreva mensagens de esperança e solidariedade e mostre-lhes que está com eles na sua batalha por justiça. Pode escrever as suas mensagens em inglês.

ENVIE AS SUAS MENSAGENS DIRETAMENTE NO SITE DA AMNISTIA INTERNACIONAL PORTUGAL EM www.amnistia.pt/maratona OU ENVIE POR CORREIO:

Amnistia Internacional Portugal
Maratona de Cartas
Rua Dr. José Joaquim de Almeida, nº 2,
3º Andar - A e B
2780-337 Oeiras

HASHTAGS: #JusticeForUnecebo, #W4R25, #maratonadecartas2025

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

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

JUNTE-SE A NÓS!

A Amnistia Internacional é um movimento global de mais de 10 milhões de pessoas que defendem um mundo onde todos usufruem em plenos dos seus direitos humanos.

A nossa visão é a de que todas as pessoas possam usufruir de todos os direitos contemplados na Declaração Universal dos Direitos Humanos e outras normas internacionais de direitos humanos.

Somos independentes de qualquer governo, ideologia política, interesse económico ou religião e somos financiados sobretudo por donativos dos nossos membros e apoiantes.

www.amnistia.pt/maratona

**MARATONA
DE CARTAS**

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**



AMNISTIA.PT/MARATONA

