



DEIcionário





DEIcionário



Diversidade

di•ver•si•da•de

substantivo feminino

Diferença; Variedade entre indivíduos ou grupos, abrangendo dimensões como pertença étnica, género, orientação sexual, idade, confissão religiosa, capacidades físicas e intelectuais, entre outras.



DEIcionário



Equidade

e•qui•da•de

substantivo feminino

Ação ou princípio de garantir que cada pessoa ou grupo tenha acesso às mesmas oportunidades, ajustando-se às suas necessidades ou condições particulares, com o objetivo de alcançar um tratamento justo e igualitário.



DEIcionário



Inclusão

in•clu•são

substantivo feminino

Ação ou efeito de incluir; ato de integrar algo ou alguém num todo, proporcionando a participação plena, independentemente de características como pertença étnica, género, orientação sexual, idade, confissão religiosa, capacidades físicas e intelectuais, entre outras.



DEIcionário



Acessibilidade

a•ces•si•bi•li•da•de

substantivo feminino

Qualidade ou condição do que é acessível; facilidade de acesso ou de utilização, especialmente em relação a pessoas com deficiência, garantindo que possam usufruir de espaços, serviços, informações e recursos de forma plena e sem barreiras.



DEIcionário



Interseccionalidade

in•ter•sec•ci•o•na•li•da•de
substantivo feminino

Abordagem que analisa como as várias dimensões da identidade social e as relações de poder se inter cruzam, influenciando as desigualdades e as formas de marginalização que uma pessoa ou grupo podem experienciar.



DEIcionário



Microagressões

mi•cro•a•gres•sões

substantivo feminino

Comportamentos ou comentários que reforçam estereótipos, preconceitos ou desigualdades sociais de forma subtil, mas que, quando repetidos ao longo do tempo, podem ter um impacto negativo significativo na autoestima e bem-estar das pessoas ou grupos de pessoas discriminadas.



DElcionario



Empoderamento

em•po•de•ra•men•to

substantivo masculino

Processo através do qual pessoas ou grupos adquirem maior controlo sobre as suas vidas, tomam decisões e afirmam a sua autonomia, especialmente em contextos de desigualdade ou opressão.



DEIcionário



Paridade

pa•ri•da•de

substantivo feminino

Qualidade de ser igual ou equivalente em quantidade, valor ou condição, especialmente em relação a diferentes grupos, garantindo igualdade de oportunidades e representação em diversos contextos, como no âmbito político e económico.



DEIcionário



Identidade

i•den•ti•da•de

substantivo feminino

Reconhecimento de que cada pessoa traz consigo um conjunto único de vivências e perspectivas, e que esses elementos devem ser respeitados, celebrados e representados de forma justa e equitativa.



DEIcionário



Oportunidade

o•por•tu•ni•da•de

substantivo feminino

Garantia de acesso justo e equitativo a recursos, direitos e espaços, independentemente da origem, identidade ou condição social, possibilitando o progresso e eliminando barreiras que limitam grupos historicamente marginalizados.



DElçionário



Neurodiversidade

neu•ro•di•ver•si•da•de

substantivo feminino

Reconhecimento e valorização de diferentes formas de funcionamento do cérebro, garantindo que pessoas neurodivergentes têm acesso a ambientes acessíveis, respeitosos e inclusivos, onde possam desenvolver o seu potencial com equidade e oportunidades justas.



DEIcionário



Direitos

di•rei•tos

substantivo masculino

Fundamentais para a construção de uma sociedade equitativa, os direitos incluem acesso à educação, trabalho digno, saúde, segurança e participação plena na vida social e política, independentemente da sua identidade ou condição.



DEIcionário



Acolhimento

a•co•lhi•men•to

substantivo masculino

Criação de ambientes seguros e que promovam a escuta ativa, onde todas as pessoas se sintam valorizadas e respeitadas, e onde se possam construir relações baseadas na empatia e na equidade.



DEIcionário



Etnicidade

et•ni•ci•da•de

substantivo feminino

Reconhecimento e valorização das diferentes origens étnicas, promovendo respeito, representatividade e equidade. É um elemento fundamental para a construção da identidade individual e coletiva, influenciando vivências, percepções e relações sociais.



DEIcionário



Privilégio

pri•vi•lé•gi•o

substantivo masculino

Vantagens estruturais e sistémicas que determinados grupos possuem em relação a outros, sem que necessariamente tenham consciência disso. Não significa ausência de dificuldades, mas sim a existência de menos barreiras ou obstáculos em comparação com grupos historicamente marginalizados.



DEIcionário



Capacitismo

ca•pa•ci•tis•mo

substantivo masculino

Exclusão ou limitação da participação plena das pessoas com deficiência na sociedade, muitas vezes de forma invisível ou naturalizada. Superar o capacitismo é promover acessibilidade, escuta ativa e valorização das diferentes formas de ser, viver e contribuir para o mundo.



DEIcionário



Empatia

em•pa•ti•a

substantivo feminino

Pilar essencial para criar relações humanas mais justas e solidárias, promovendo a escuta ativa e o diálogo. Capacidade para se colocar no lugar do outro, compreendendo os seus sentimentos, experiências e perspetivas de forma genuína e respeitosa.



DEIcionário



Cidadania

ci•da•da•ni•a

substantivo feminino

Exercício ativo dos direitos e deveres de cada pessoa na sociedade, com base no respeito, na participação e na responsabilidade coletiva. Criação de espaços onde todas as vozes sejam ouvidas, os direitos sejam assegurados e as diferenças sejam valorizadas como parte da construção de uma sociedade mais inclusiva.



DEIcionário



Diálogo

di•á•lo•go

substantivo masculino

Base da escuta mútua, do entendimento e da construção de pontes entre diferentes perspetivas, sendo uma ferramenta essencial para criar espaços seguros, onde todas as vozes podem ser ouvidas com respeito e abertura.



DEIcionário



Pertença

per•ten•ça

substantivo feminino

Sentimento de ser aceite, valorizado e reconhecido num grupo, ou espaço, tal como se é. Mais do que estar presente, é sentir-se verdadeiramente incluído, com liberdade para expressar a própria identidade, opiniões e vivências sem medo de julgamento ou exclusão.



DEIcionário



Empoderamento

em•po•de•ra•men•to

substantivo masculino

Fortalecimento individual e coletivo que permite às pessoas reconhecerem o seu valor, assumirem o controlo das suas vidas e exercerem os seus direitos com confiança e autonomia, criando condições para que pessoas historicamente marginalizadas possam participar plenamente na sociedade.



DEIcionário



Humanização

hu•ma•ni•za•ção

substantivo feminino

Colocação de todas as pessoas no centro, escutando as suas histórias, respeitando as suas identidades e garantindo que são tratadas com justiça, consideração e respeito em todos os contextos sociais, profissionais e institucionais.



DEIcionário



Idadismo

i•da•dis•mo

substantivo masculino

Preconceito, discriminação ou estereotipagem com base na idade, que pode afetar tanto pessoas mais velhas como mais jovens, limitando o seu acesso a oportunidades, direitos e participação plena na sociedade. Combater o idadismo é reconhecer o valor de todas as fases da vida.



DEIcionário



Estereótipo

es•te•re•ó•ti•po

substantivo masculino

Ideia generalizada e simplificada sobre um grupo de pessoas, baseada em preconceitos, suposições ou imagens repetidas socialmente, que nem sempre correspondem à realidade. É fundamental reconhecer que os estereótipos limitam a forma como vemos os outros, impedindo relações mais justas e autênticas.



DEIcionário



Heteronormatividade

he•te•ro•nor•ma•ti•vi•da•de

substantivo feminino

Sistema de normas sociais que assume a heterossexualidade como padrão universal e esperado, promovendo a ideia de que existem apenas duas identidades de género (homem e mulher) e que a atração entre pessoas de sexos opostos é a única válida ou "normal".



DEIcionário



Flexibilidade

fle•xi•bi•li•da•de

substantivo feminino

Capacidade de adaptar comportamentos, estruturas e formas de pensar para responder às diferentes necessidades, contextos e realidades das pessoas, sendo uma prática essencial para promover ambientes mais justos e acessíveis, onde se reconhece que cada pessoa tem formas únicas de estar no mundo.



DEIcionário



A **Diversidade, Equidade e Inclusão** não se constroem apenas com conceitos: constroem-se com estratégia, compromisso e ação.

Se a sua organização quer transformar estes princípios em resultados concretos, **podemos apoiar com consultoria e formação DEI adaptadas à sua realidade.**

Fale connosco



appdi@appdi.pt