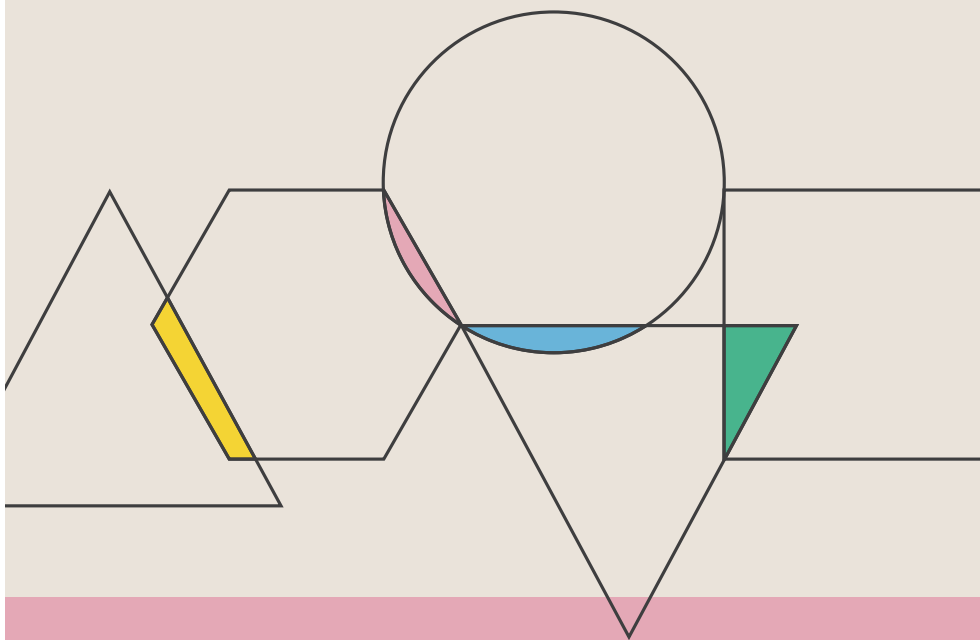


POSEM EN PRÀCTICA LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA!



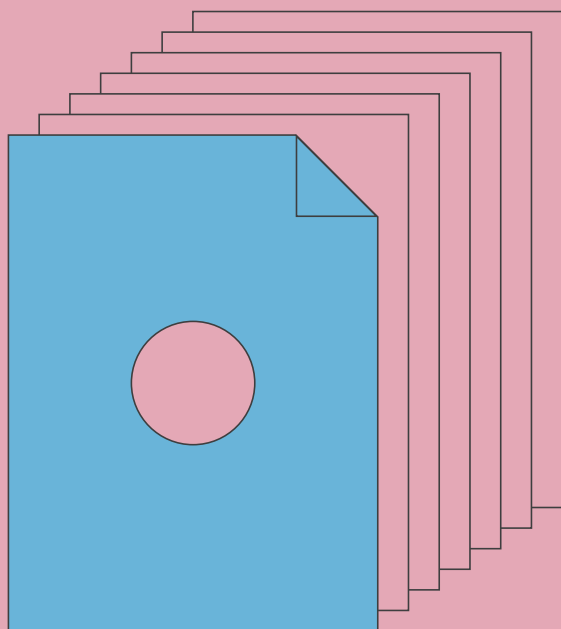
LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA **ÉS**

el conjunt de propostes d'ús, tant de text com d'imatges, que pretén que totes les persones se sentin igualment representades i que aquesta representació sigui digna.

LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA **NO ÉS**

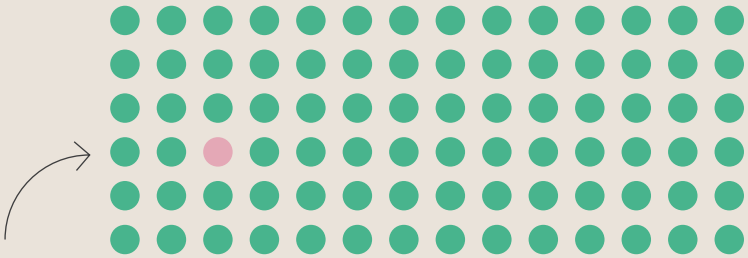
ni sexista, ni racista, ni LGTBI-fòbica,
ni classista, ni capacitista,
ni estigmatitzadora...

QUAN ESCRIVIM



EVITEM, TANT COM SIGUI POSSIBLE, EL

MASCULÍ GENÈRIC



-
- 5 **Amb substantius genèrics i col·lectius**
Amb expressions neutres
Amb substantius o adjectius invariables
Amb determinants i pronoms genèrics
-
- 6 **Amb paraules de la mateixa família sense gènere**
Amb adjectius de la mateixa família que el substantiu
-
- 7 **Amb la forma femenina dels càrrecs, títols, etc.**
Amb una frase redactada de nou
Amb formes dobles, sense abusar-ne

EVITEM, TANT COM SIGUI POSSIBLE, EL MASCULÍ GENÈRIC

Amb substantius genèrics i col·lectius.

(la persona...) (la criatura...) (el personal...) (la població...) (el sector...)

Els sotasignats	—————>	Les persones sotasignades
Els voluntaris	—————>	El voluntariat
Els periodistes	—————>	L'àmbit periodístic
Els treballadors	—————>	El personal, l'equip

Amb expressions neutres.

Benvinguts a...	Us donem la benvinguda a...
Col·laboradors	Amb la col·laboració de...

Amb substantius o adjectius invariables.

Electors —————> Votants Candidats —————> Aspirants

Amb determinants i pronoms genèrics.

Necessitem un responsable de coordinar...	Necessitem algú que coordini...
Els qui vinguin obtindran el certificat.	Qui vingui obtindrà el certificat.
Em plau convidar-los...	Em plau convidar-vos...

EVITEM, TANT COM SIGUI POSSIBLE, EL **MASCULÍ GENÈRIC**

Amb una altra paraula de la mateixa família que no tingui marca de gènere.

El podòleg atén...

El servei de podologia atén...

Qui serà el coordinador?

Qui coordinarà?

Amb adjectius de la mateixa família que el substantiu que volem substituir.

Dels nens

Infantil

Dels joves

Juvenil

Dels empresaris

Empresarial

EVITEM, TANT COM SIGUI POSSIBLE, EL MASCULÍ GENÈRIC

Amb la forma femenina dels càrrecs, professions, títols, etc., quan es refereixen a una dona.

advocada

arquitecta

bombrera

cartera

metgessa

crítica

doctoranda

enginyera

mecànica

política

Amb una frase redactada de nou.

Es recomana als usuaris de la targeta que la utilitzin degudament.

Es recomana fer un bon ús de la targeta.

Els monitors interessats a obtenir el certificat de delictes sexuals...

Per obtenir el certificat de delictes sexuals...

Si els tècnics de les dues àrees treballem coordinadament evitarem duplicacions.

Treballant coordinadament les dues àrees evitarem duplicacions.

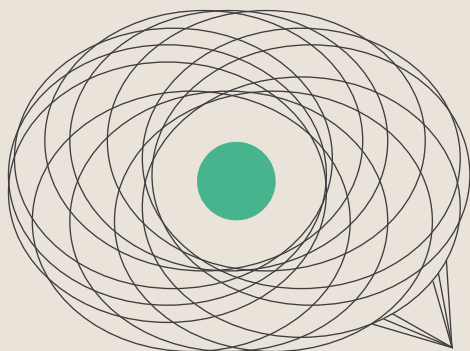
Amb formes dobles, sense abusar-ne.

Els consellers...

Les conselleres i (els) consellers...
Els consellers i (les) conselleres...

EVITEM EL

LLENGUATGE SEXISTA



-
- 9** Presentant la dona com un ésser independent
Bandejant expressions que menysvalorin les dones
-
- 10** Eludint adjectius o substantius pejoratiu femenins
Remarcant el paper actiu de les dones
Fent servir el mateix criteri en el tracte
-
- 11** Prescindint d'al·lusions sobre l'aspecte físic
Presentant famílies i relacions afectives diverses
Evitant detalls morbosos sobre violències masclistes

EVITEM EL LLENGUATGE SEXISTA

Presentem la dona com un ésser independent.

Al taller hi van participar el Manel i la seva dona...

Al taller hi van participar la Maria i el Manel, que són parella...

La dona del tresorer, Marta Gràcia, va presentar l'acte...

Marta Gràcia va presentar l'acte...

Mare soltera

Mare

Bandegem expressions que menysvalorin les dones.

Juga a futbol tan bé com un home.

Juga molt bé a futbol.

EVITEM EL **LLENGUATGE SEXISTA**

Eludim els adjectius o substantius pejoratius que només existeixen en femení.

una harpia

cosa de dones

un conyàs

una maria

una fresca

una fulana

una guarra

una putada

Remarquem el paper actiu de les dones.

A les dones els van concedir el premi...

Les dones van guanyar el premi...

L'agressió es va evitar gràcies a la veïna.

L'agressió es va evitar gràcies a [nom i cognom de la veïna].

Fem servir el mateix criteri per a persones de qual-sevol sexe a l'hora d'escriure cognoms, aposicions, tractaments...

El senyor Bonvehí i la senyoreta Glòria

El senyor Bonvehí i la senyora Vilà

EVITEM EL LLENGUATGE SEXISTA

Prescindim d'al·lusions sobre l'aspecte físic o la manera de vestir.

La consellera, que lluïa un canvi d'imatge, va participar a l'acte...

Presentem famílies i relacions afectives diverses.

famílies nuclears i extenses

famílies heterosexuales

famílies enllaçades

famílies monoparentals

famílies sense descendència

comunitats afectives

gais

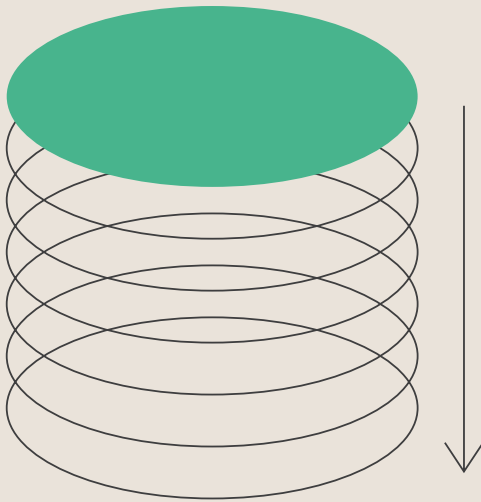
lesbianes

criatures tutelades

Evitem detalls morbosos quan ens referim a violències masclistes i respectem la identitat de les dones.

EVITEM EXPRESSIONS

LGTBI-FÒBIQUES, RACISTES, CLASSISTES, CAPACITISTES O ESTIGMATITZADORS



EVITEM EXPRESSIONS

**LGTBI-FÒBIQUES, RACISTES,
CLASSISTES, CAPACITISTES
O ESTIGMATITZADORES**

Canvi de sexe

Afirmació de gènere

Que et donin pel cul!

Ves a pastar fang!

Immigrant il·legal

Persona en situació
administrativa irregular

Persona de color

Persona racialitzada,
afrodescendent...

Raça gitana

Poble gitano

Invident

Persona amb ceguesa

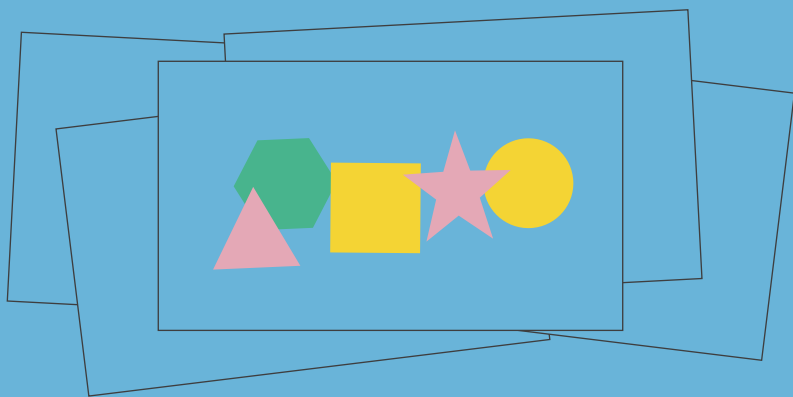
Malalt mental

Persona amb problemes de
salut mental, persona amb
trastorn mental...

**Vivim una situació
esquizofrènica...**

Vivim una situació
contradictòria...

QUAN FEM SERVIR IMATGES



No es tracta només d'incloure dones, homes o altres identitats de gènere a les imatges o gràfiques; també cal evitar escenes que mostrin relacions de desigualtat o de paternalisme.

QUAN FEM SERVIR

IMATGES, PODEM PREGUNTAR-NOS

- **Qui s'hi representa** (més enllà d'homes blancs de classe mitjana)?
- Si apareixen **famílies**, són **diverses**?
- S'hi mostra una **relació paternalista** o de desigualtat?
- Si apareixen **cossos**, n'hi ha de **no normatius**?
- S'evita l'ús del **cos de la dona** com a reclam o objecte?
- S'evita el vincle del **cos saludable** amb el cànon estètic?
- S'hi representen **estereotips de gènere**? **Tòpics culturals**?
- Es trenquen els **rols** associats a la masculinitat i la feminitat? Es mostren **altres identitats de gènere**?
- Tots els elements comunicatius són **accessibles** (**subtítols, lectura fàcil, contrastos...**)?

QUAN FEM SERVIR

IMATGES, PODEM BUSCAR FONTS D'IMATGES NO ESTEREOTIPADES

Fons d'imatges no estereotipades:



FOTÒPICA, Banc d'imatges per transformar relats
fotopica.org



Banc d'imatges del COL·LEGI OFICIAL
D'INFERMERES I INFERMERS DE BARCELONA
coib.cat/ca-es/banc-imatges-infermeres.html

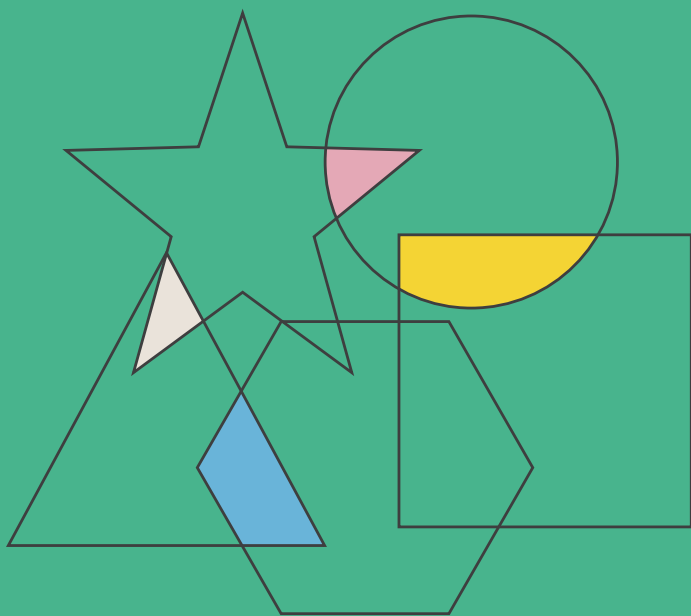


THE NOUN PROJECT, catàleg de símbols i icones
thenounproject.com



WÀITALA, icones per a la diversitat
waitala.com/iconos-diversidad

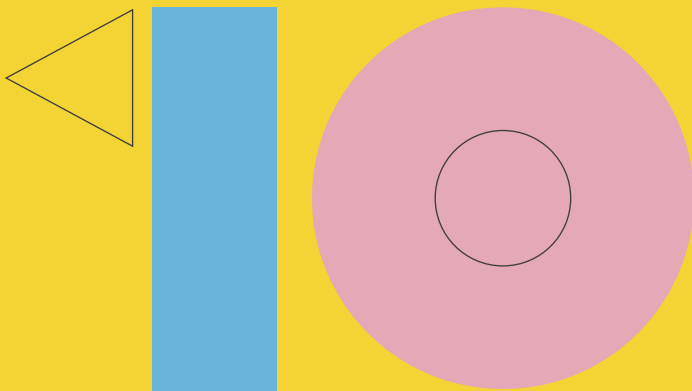
QUAN ENS RELACIONEM



relacions

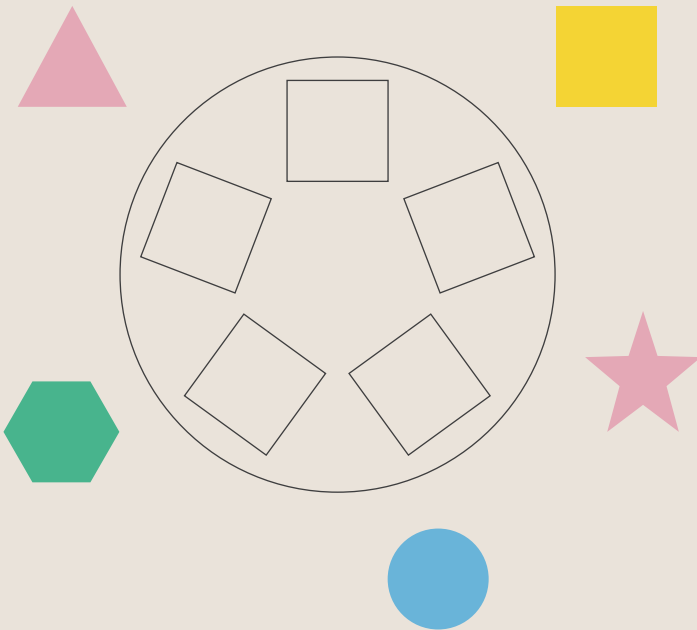
QUAN ENS RELACIONEM, PODEM PREGUNTAR-NOS

- **Modulem la veu** quan parlem amb persones amb discapacitat, persones migrades o gent gran?
- **Ens dirigim directament a la persona sorda**, i no a la persona intèrpret, quan volem parlar-hi?
- Si sou homes, **ocupeu més espai que les dones** del vostre entorn (quan parleu, quan seieu...)?
- **Seiem al costat de qualsevol persona en un lloc públic?**



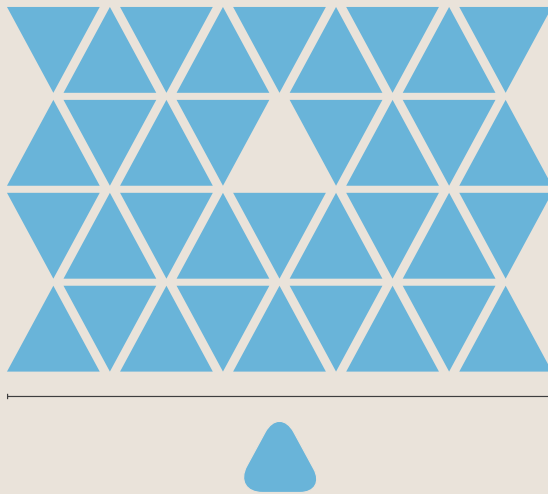
CONCEPTES CLAU

ANDROCENTRISME



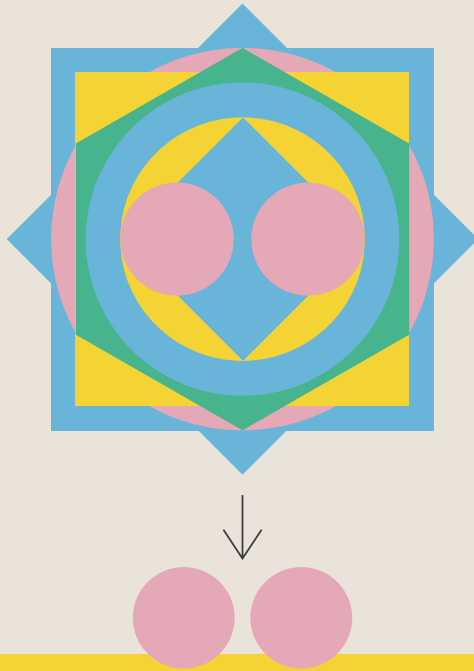
Visió del món que considera l'home com a referència de la humanitat. Els homes són considerats el subjecte referent i les dones com "les altres". A més, aquest subjecte mascle és molt concret, ja que respon a un **model de masculinitat hegemònica** que no mostra la diversitat de les persones.

CAPACITISME



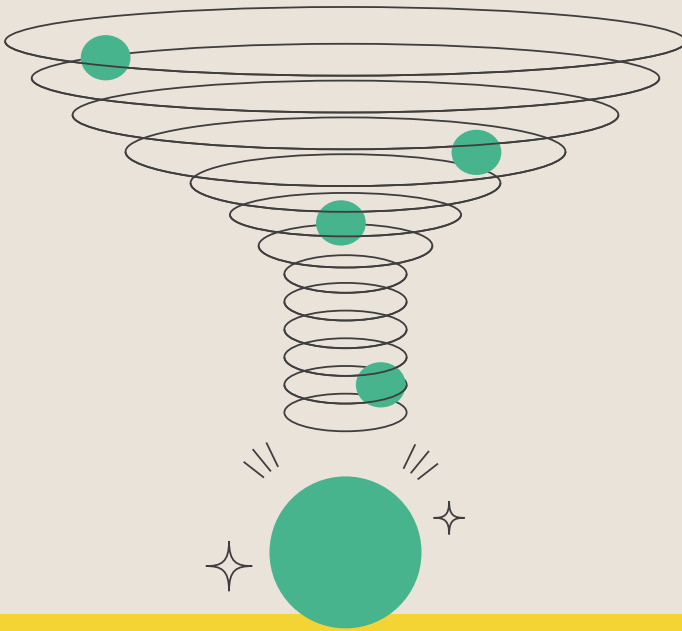
És una **forma de discriminació** o prejudici social **contra les persones amb discapacitat**. També es coneix com a discriminació de la discapacitat, capacitocentrisme, fisicalisme (en el cas de la discriminació per una diversitat física) o opressió de la discapacitat.

COSIFICACIÓ



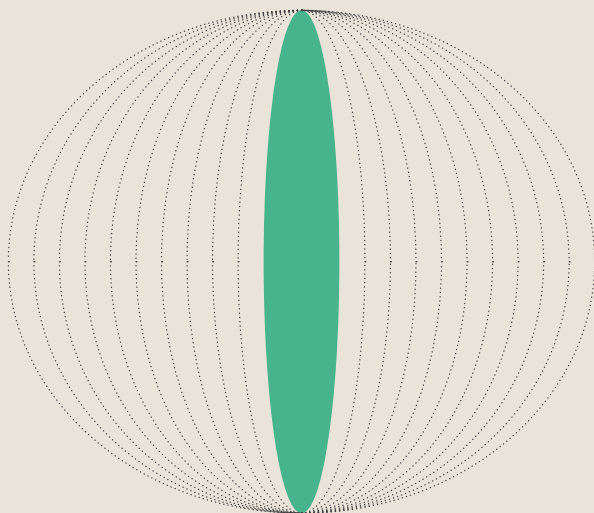
Estratègia visual i narrativa que desproveeix de voluntat i agència una persona, generalment una dona. **Consisteix a presentar o tractar una dona com un objecte sexual**, ignorant les seves qualitats i habilitats intel·lectuals o emocionals i reduint-la a un mer instrument o bé de consum.

ESTEREOTIP



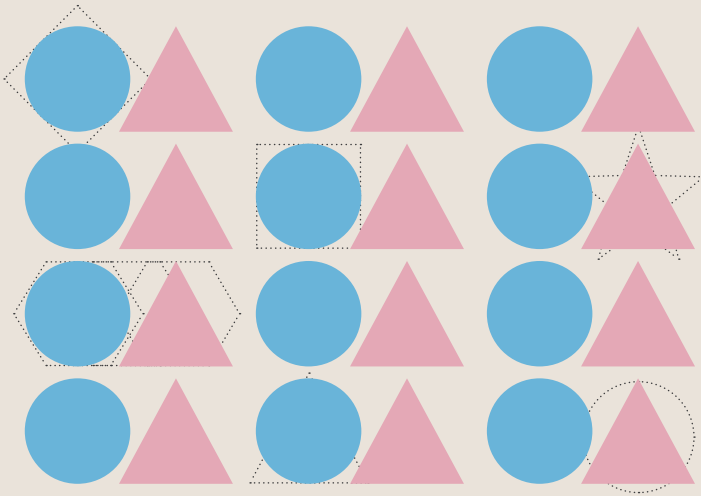
Conjunt d'idees que s'obtenen a partir de les normes culturals prèviament establertes i que poden convertir-se, a ulls d'un grup o una societat, en un **model de comportament que se sobreposa a la realitat** dels subjectes i que, sovint, cal seguir perquè t'acceptin.

GRASSOFÒBIA



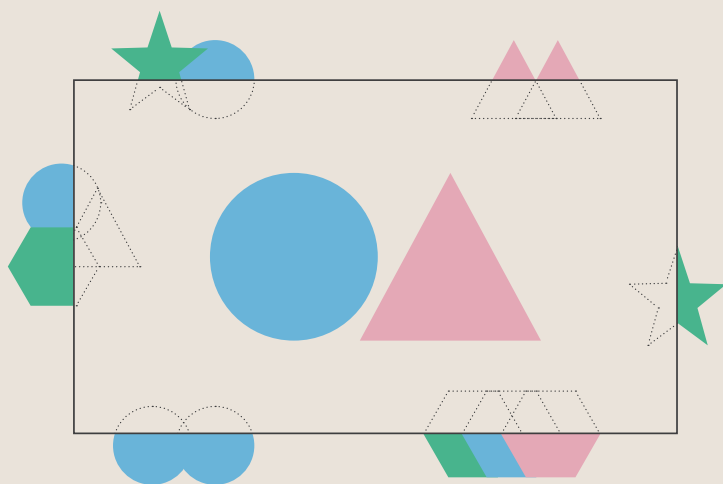
Opressió sistemàtica i estructural envers les persones considerades grasses en una determinada cultura i societat. Consisteix a discriminar-les, menystenir-les, infantilitzar-les o tractar-les amb paternalisme i afecta especialment les dones. És fruit de les pressions que imposa el **cànon estètic normatiu**, a partir del qual es valoren els cossos prims i es prenen de referència.

HETEROPATRIARCAT



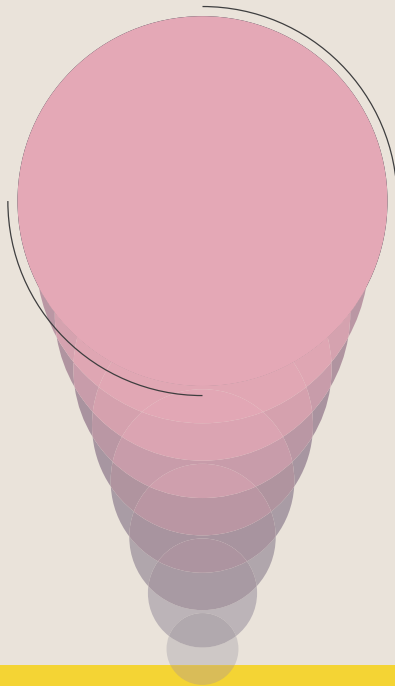
Sistema sociopolític i cultural que **justifica i promou la superioritat de l'home i l'heterosexualitat** respecte als altres gèneres i orientacions sexuals. Dona la màxima importància als homes, als quals atribueix un rol dominant en tots els àmbits de la societat, i estableix la norma que les relacions sexoafectives han de ser entre un home i una dona.

LGBTIQ-FÒBIA



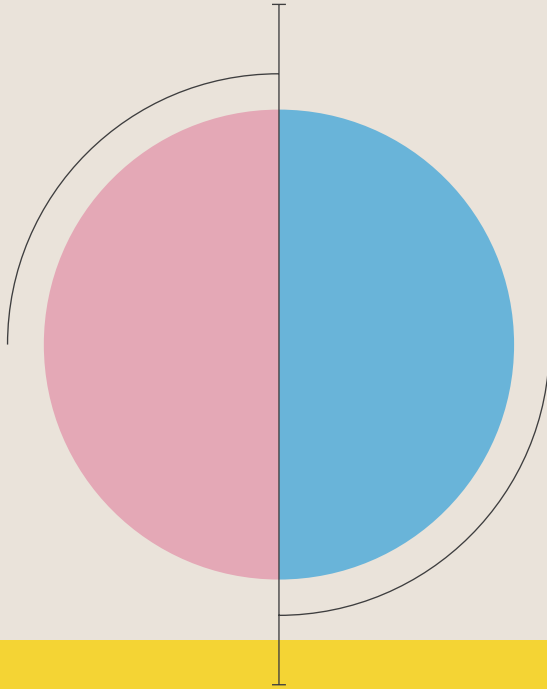
Fòbia a les persones amb orientacions sexuals i identitats de gènere que es consideren no normatives. LGBTIQ+ és acrònim de lesbianes, gais, bisexuals, persones transgènere, intersexuals i *queer*, i el signe + engloba altres orientacions sexuals i identitats de gènere, com les no binàries, pansexuals, demisexuals i asexuals, entre d'altres.

RACISME



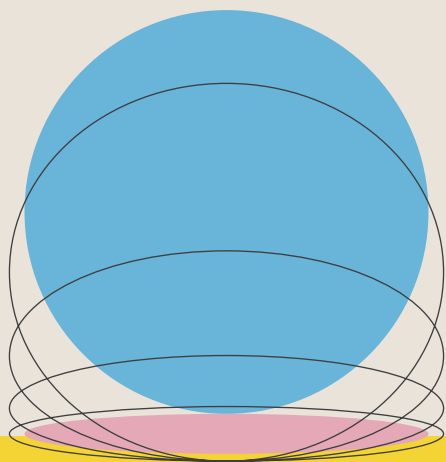
Qualsevol distinció, exclusió, restricció o preferència per raó de raça, color de pell, llinatge o origen nacional i ètnic que tingui per objecte o per resultat anul·lar o menyscarbar el reconeixement, el gaudi o l'exercici, en condicions d'igualtat, dels drets humans i llibertats fonamentals en les esferes política, econòmica, social, cultural o qualsevol altra de la vida pública.

SEXISME



Sistema de valors que es fonamenta en una cultura que **diferencia els sexes i els jerarquitz**a, tot justificant unes normes de comportament assignades segons aquesta divisió. **El sexisme atribueix capacitats, valors, normes i rols diferents a homes i dones.**

VIOLENCIA MASCLISTA



Violació dels drets humans a través de la violència que s'exerceix contra les dones com a manifestació de la discriminació i la situació de desigualtat en el marc d'un sistema de relacions de poder dels homes sobre les dones. Aquest tipus de violència, produïda per mitjans físics, econòmics o psicològics, incloent-hi les amenaces, les intimidacions i les coaccions, té com a resultat un dany o un patiment físic, sexual o psicològic, tant si succeeix en l'àmbit públic com en el privat.

PER SABER-NE MÉS

Guia d'usos no sexistes de la llengua en els textos de l'Administració de la Generalitat de Catalunya.

Generalitat de Catalunya



gen.cat/guiausosnosexistes

Guia de llenguatge inclusiu en el tractament de persones amb discapacitat. Generalitat de Catalunya



gen.cat/guiallenguatgeinclusiu

Guia per a la introducció de la perspectiva de gènere a la comunicació de les administracions públiques.

Generalitat de Catalunya



gen.cat/comunicaciogenereadministracio

Eina per a una comunicació no sexista.

Observatori de les Dones en els Mitjans de Comunicació



eina.observatoridelesdones.org