



Se você é **defensora ou defensor**, ou participa de uma organização ou movimento que defende os direitos humanos, a terra, a comunidade ou o meio ambiente, estas informações podem servir **para proteger você e o seu trabalho.**

QUEM SÃO AS DEFENSORAS E DEFENSORES DOS DIREITOS HUMANOS?

As defensoras e defensores dos direitos humanos são pessoas ou grupos de pessoas, organizações ou instituições que, de forma **não violenta**, promovem e defendem um ou vários dos direitos humanos ou liberdades reconhecidos universalmente.

O QUE SIGNIFICA SEGURANÇA PARA DEFENSORAS E DEFENSORES?

É o ambiente em que as pessoas, grupos, organizações ou movimentos que defendem os direitos humanos sentem e avaliam que podem realizar seu trabalho sem serem prejudicados.

O QUE É PROTEÇÃO?

O Estado tem a responsabilidade primeira de proteger as defensoras e defensores. Entretanto, há medidas que podem ser tomadas a nível individual e coletivo para reduzir os riscos. Autoproteção são as ações que realizamos para evitar danos. **Todos podemos proteger nossas terras, famílias, comunidades e a nós mesmos.**

PARA QUE SERVE ESTE MATERIAL?

É um material introdutório para aprendermos sobre segurança na defesa dos direitos humanos. Apresentaremos aqui 10 passos acompanhados de exercícios para você melhorar sua segurança enquanto protege sua causa e seu bem-estar.



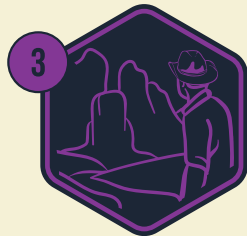
TÓPICOS



“COMO DEFINIR SEGURANÇA E RISCO?” serve para identificar que conceitos são úteis para melhorar sua segurança e reduzir riscos.



“ANÁLISE DE CONTEXTO” é uma ferramenta que o ajuda a identificar e entender melhor o contexto em que você se encontra.



“MAPEAMENTO DE ATORES” é um exercício que permite mapear as organizações e pessoas relacionadas às suas atividades.



“INCIDENTES DE SEGURANÇA” apresenta uma ferramenta para registrar e analisar o que acontece com a sua segurança, possibilitando que você lide com os riscos de forma antecipada e apropriada.



“VULNERABILIDADES E CAPACIDADES” ajuda a analisar seus pontos fracos e faz recomendações sobre possíveis alternativas para melhorar sua segurança.



“DEFINIR O NÍVEL DE RISCO” sugere formas de você se conscientizar sobre que tipos de risco deve priorizar.



“FORMAS DE SE PROTEGER” traz estratégias úteis para respondermos a situações de risco.



“MEDIDAS DE PROTEÇÃO” apresenta práticas preventivas e concretas para reduzir riscos.



“CUIDADO COMUNITÁRIO” baseia-se no conceito de segurança integral e inclui práticas de cuidado mútuo e bem-estar comunitário.



“DICAS DE SEGURANÇA” traz sugestões específicas sobre como agir durante manifestações ou detenções.



COMO DEFINIR SEGURANÇA E RISCO?

O QUE É **SEGURANÇA**?

Segurança é um sentimento e uma situação. Como sentimento, significa experimentar calma, alegria e confiança em nosso ambiente e em nossa capacidade de poder lidar com as situações que se apresentam diante de nós. Como situação, significa viver em condições que garantam nosso bem-estar. Isso inclui tudo o que você considera como sendo parte de você mesmo, seu corpo, sua família, a comunidade, o território, a natureza, as crenças, preferências sexuais, sentimentos, tradições e identidades. Para manter nossa segurança, fazemos esforços individuais e coletivos. Diferentes pessoas em diferentes contextos fazem esses esforços de maneiras distintas.



O QUE É **RISCO**?

É o contrário da segurança: é o perigo. Risco é a possibilidade de que prejudiquem as causas em que você acredita, os grupos ou organizações de que você é parte, e/ou seus membros individuais. Como defensoras e defensores, os riscos partem principalmente de atores que querem prejudicar a nós a ou a nossas comunidades. Porém, nós também podemos ter atitudes e práticas que nos tornam vulneráveis ou nos põem em risco. Às vezes, os riscos ainda podem vir de desastres naturais e de fatores socioeconômicos e políticos. Todos e todas temos fraquezas (vulnerabilidades) que nos colocam em risco, mas sempre podemos fazer alguma coisa para reduzir esses danos e até evitá-los (capacidades).

O QUE SÃO **AMEAÇAS**?

Expressões ou ações que indicam que alguém pode e quer nos prejudicar.

O QUE SÃO **VULNERABILIDADES**?


Práticas ou fraquezas que põem em risco uma pessoa ou organização e que dependem de que você faça alguma coisa para reduzi-las.

O QUE SÃO **CAPACIDADES**?

Práticas e forças que te permitem prevenir e lidar com um risco ou ameaça, e que diminuem ou anulam tuas vulnerabilidades.

COMO PODEMOS IDENTIFICAR UM RISCO?

Este material tem vários exercícios que você pode fazer para identificar os riscos e perigos que enfrenta, assim como suas capacidades e vulnerabilidades para lidar com eles.



Adiar o risco é se conscientizar de que ele existe e deixar de fazer uma atividade ou ação para esperar um momento mais oportuno para realizá-la.

Aceitar o risco por considerá-lo administrável ou mínimo e achar que pode conviver com ele.

Reduzir o risco com medidas específicas que considerem tuas capacidades e vulnerabilidades.

O QUE VOCÊ PODE FAZER?

HÁ VÁRIAS ESTRATÉGIAS PARA ENFRENTAR OS RISCOS:

Escapar do risco, quando não há outra alternativa porque tua vida corre muito perigo.

Compartilhar o impacto do risco realizando ações conjuntas com outras defensoras e defensores ou com outras organizações ou movimentos.



Ignorar o risco geralmente piora a situação e te deixa mais vulnerável. Não é recomendável. Devemos sempre analisar o risco e escolher uma forma de nos proteger.

• QUE PERIGOS VOCÊ PODE RECONHECER NESTA IMAGEM?

• O QUE VOCÊ PODE FAZER ANTES, DURANTE E DEPOIS PARA EVITAR O PERIGO?

• QUE SENTIMENTOS E PENSAMENTOS VOCÊ TEM QUANDO SENTE QUE ESTÁ SEGURA OU SEGURO?

• QUE SENTIMENTOS E PENSAMENTOS VOCÊ TEM QUANDO SENTE QUE ESTÁ EM PERIGO





ANÁLISE DE CONTEXTO

ECONÔMICO: É a análise dos recursos que existem na região e de quem está associado a eles. Podem ser recursos naturais, dinheiro, informações ou qualquer outra coisa que possa ser utilizada por alguém para servir aos seus interesses.

POLÍTICO: É a maneira com que as decisões são tomadas em sua comunidade, país, organização, família, etc, e se relaciona ao exercício do poder e à tomada de decisões sobre os recursos, as pessoas e suas condições de vida.



Entender o entorno te ajuda a tomar decisões estratégicas para tua segurança.

Uma análise da situação **econômica, política, legal, ambiental, cultural, social e tecnológica** te ajuda a ter mais informações sobre como proteger e defender a ti mesmo e à causa que defendes.

LEGAL: Abrange os acordos e leis vigentes que são usados como regras de convivência, intercâmbio e tomada de decisões. São as "regras do jogo", que se encontram escritas e são aplicadas no momento presente.

AMBIENTAL: Abrange tudo o que está em torno de nós e de nossa comunidade, e estabelece os limites naturais e as possibilidades de nossa forma de vida.

CULTURAL: Refere-se a todos os costumes e práticas que encontramos em nossa comunidade e como isso se relaciona com nossas crenças sobre o universo e a maneira que nos inserimos nele.

SOCIAL: Inclui todos os grupos com quem convivemos em diferentes esferas de nossa vida e de nossa comunidade. Relaciona-se aos papéis, benefícios e obrigações que se desenvolvem entre seus integrantes.

TECNOLÓGICO: Compreende os recursos que te permitem realizar tarefas complexas como comunicar-se de forma mais fácil. Podem ser rádios, televisões, celulares, ferramentas, veículos, etc.

PARA UMA ANÁLISE DE CONTEXTO, PODEMOS FAZER AS SEGUINTE PERGUNTAS:

1. Como e por quem são tomadas as decisões em sua comunidade?

2. Quais são as principais autoridades da comunidade?

3. Quais são as formas de poder visíveis em sua comunidade? Instituições, polícia, militares, etc.

4. Quais são as formas de poder invisíveis em sua comunidade? Quais são as principais crenças e ideologias?

5. Quais são os principais interesses econômicos em sua comunidade?

6. Quais são as leis nacionais e internacionais que afetam seu trabalho como defensora ou defensor dos direitos humanos?

7. Quais são os principais meios de comunicação em sua comunidade? Você tem contatos nos meios de comunicação nacionais e/ou internacionais?

8. Quais são as tecnologias relevantes em sua comunidade? Há acesso à internet, celulares, rádios comunitárias ou outro tipo de tecnologia relevante?

9. Onde você pode obter informações relevantes para o seu trabalho como defensora ou defensor dos direitos humanos? Essas informações são confiáveis?

10. Quais são as tradições culturais em sua comunidade? Que línguas são faladas na comunidade?



3



MAPEAMENTO DE ATORES

O mapeamento de atores permite que enxerguemos de maneira clara quem são nossos aliados e aliadas, assim como aqueles que se opõem ao nosso trabalho como defensoras ou defensores dos direitos humanos. Esses atores podem representar apoios ou ameaças para nós, ou podemos não saber quem são. Podem ser locais, nacionais e internacionais.



EXERCÍCIO

Para este exercício, recomendamos que você escreva o nome de todos os atores relacionados ao seu trabalho como defensora ou defensor dos direitos humanos e que depois os inclua em uma destas três categorias: a favor de sua causa; contra sua causa; neutros ou com posição desconhecida. Em cada espaço, escreva o nome dos atores que mais correspondem ao título da coluna.

A FAVOR DE SUA CAUSA

CONTRA SUA CAUSA

NEUTROS OU COM POSIÇÃO DESCONHECIDA

Recomendamos que essas informações não sejam deixadas à vista de outras pessoas. Se você as registrar em foto ou papel, guarde-as com todo o cuidado, pois são informações estratégicas.



INCIDENTES DE SEGURANÇA

Incidentes de segurança são **todos os fatos que possam causar danos físicos, morais, econômicos, psicológicos ou de qualquer natureza a sua causa ou às pessoas e organizações com as quais você trabalha.** É importante fazer um acompanhamento desses incidentes, pois, assim, ficarão reunidas as informações relativas à sua segurança ao longo do tempo.

Uma opção para isso é manter um registro de incidentes. A fim de que funcione da melhor maneira, é importante que uma única pessoa seja responsável pelos registros, para que possa identificar padrões nos fatos relatados e ativar alertas de acordo com a gravidade desses fatos. Além disso, essa pessoa deve se encarregar do livro de registros e guardá-lo em local seguro.

DATA (DIA, MÊS, ANO) E HORA:

Inclua informações gerais sobre quando ocorreu o incidente, com o máximo de detalhes possível.

ONDE? Descreva o local do incidente com o máximo de detalhes.

QUEM COMETEU A AGRESSÃO? Escreva aqui tudo o que se sabe das pessoas que cometeram a agressão.

INCIDENTE: O que aconteceu? Descreva o incidente com o máximo de detalhes.

VIOLÊNCIA DE GÊNERO*: A agressão se relaciona diretamente com o gênero da pessoa agredida?

POR QUE ACONTECEU? Tente encontrar as possíveis causas do incidente.

PROVOCADO OU ACIDENTAL? Explique se o incidente ocorreu de modo planejado, direcionado ou provocado, ou se foi uma situação que tem mais a ver com estar no lugar errado na hora errada.

ORIGEM: Quem poderia planejar esse incidente? A quem isso interessaria?

NOME DE QUEM COMUNICA:

Escreva o nome da pessoa que relatou o incidente.

NOME DA PESSOA AGREDIDA:

Escreva o nome da pessoa que sofreu a agressão.

* Violência de gênero inclui a violência física ou psicológica exercida contra qualquer pessoa ou grupo por causa de seu sexo ou gênero.

DATA (DIA, MÊS, ANO) E HORA:

23/03/2018. 07:15horas

ONDE? Na cidade "X", perto da parada 8 da estrada "Y", entre as ruas "Z" e "W".

AGRESSOR: Indivíduo não identificado, homem, cabelos castanhos, pele branca, altura aproximada de 1,70m.

INCIDENTE: Roubo de celular à mão armada dentro do ônibus, levaram apenas meu celular, o indivíduo desceu do ônibus e entrou num carro de placa PYA3678.

VIOLÊNCIA DE GÊNERO: Sim ☐ Não ☒

POR QUE ACONTECEU? Parece ser um roubo direcionado, porque o celular tinha informações importantes e foi a única coisa levada do ônibus.

PROVOCADO OU ACIDENTAL? Parece ter sido provocado.

ORIGEM: Não sabemos quem planejou, mas não parece um delito comum. Nesse celular, tínhamos gravado uma derrubada ilegal de floresta perto das terras do seu Fulano.



NOME DE QUEM COMUNICA: João

NOME DA PESSOA AGREDIDA: João



VULNERABILIDADES E CAPACIDADES

Apresentamos as definições de vulnerabilidade e capacidade relacionadas à segurança de defensoras e defensores dos direitos humanos.

UMA CAPACIDADE é qualquer prática, habilidade ou conhecimento que você tem para prevenir um risco ou eliminar uma vulnerabilidade.

UMA VULNERABILIDADE é uma prática ou característica de uma pessoa, organização ou comunidade que as deixa mais expostas a certos riscos. Essas vulnerabilidades podem ser de segurança física, de comunicação, de recursos, etc. Na próxima folha, verifique as diferentes categorias de vulnerabilidades.

Neste passo, te convidamos a explorar um pouco mais as vulnerabilidades e capacidades a partir de uma perspectiva **individual e grupal**.

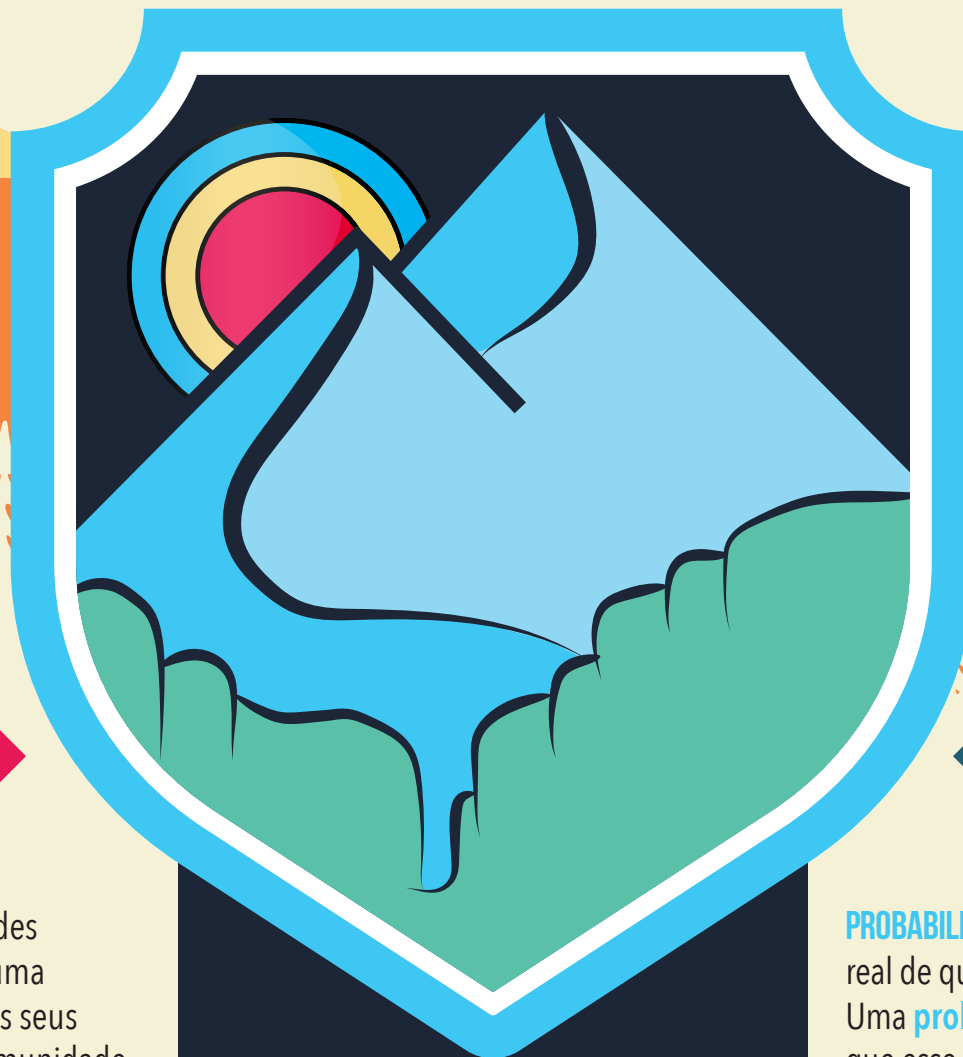
EXERCÍCIO

Em uma folha dividida em colunas como a que mostramos aqui, escreva suas capacidades e vulnerabilidades como indivíduo e como grupo. Sugerimos também algumas categorias que indicarão aspectos importantes a serem levados em conta, e incluímos exemplos para você ter uma melhor noção do que colocar em cada uma delas.

CATEGORIAS	CAPACIDADES		VULNERABILIDADES	
	INDIVIDUAIS	GRUPAIS	INDIVIDUAIS	GRUPAIS
SEGURANÇA FÍSICA: São todos os imóveis e materiais que você usa, os seus locais de encontro e os trajetos que você faz no dia-a-dia. Inclua o local onde você guarda seus objetos e outras coisas relacionadas a sua causa ou organização, bem como as rotas de fuga que poderão ser usadas em caso de emergência.				
SEGURANÇA TECNOLÓGICA: As tecnologias atuais têm principalmente a capacidade de armazenar, processar, enviar e reproduzir informações. Todos os aparelhos que você utiliza com este fim entram nessa categoria. Celulares, computadores, rádios, etc, são elementos que devem ser incluídos na sua avaliação de segurança.				
RECURSOS: Tudo aquilo que serve para você fazer alguma outra coisa. Cada causa e organização possui recursos diferentes, e uma parte importante da estratégia de segurança se baseia em saber o que você possui, como você cuida disso e do que você precisa.				
MEIOS DE COMUNICAÇÃO: Os meios de comunicação servem para fazer com que uma mensagem alcance muitas pessoas ao mesmo tempo. Podem ser uma forma eficaz de fortalecer sua causa ou organização, mas também uma forma de enfraquecê-las, dependendo de como você se relaciona com esses meios e do acesso que tem a eles.				
BEM-ESTAR: É tudo o que cada pessoa ou comunidade relaciona a uma vida plena e satisfatória. Cada pessoa ou comunidade tem uma definição distinta do que isso significa, pois cada um deve decidir o que é importante para si mesmo e o que fazer a respeito.				
SUSTENTABILIDADE: É a capacidade que tem uma pessoa, organização ou comunidade de administrar seus recursos de modo consciente e responsável, sem esgotá-los nem comprometer o acesso a esses recursos no futuro.				
RELAÇÕES SOCIAIS: Nenhuma organização ou pessoa está sozinha naquilo que faz. As pessoas e organizações com as quais você tem uma relação amistosa podem lhe dar um grande apoio. Na próxima página estão as categorias de capacidades.				



NÍVEL DE RISCO



IMPACTO: Segundo suas vulnerabilidades e capacidades, cada risco representa uma circunstância que afeta mais ou menos seus interesses, sua organização ou sua comunidade. Aquilo que pode ser inofensivo se considera que **não tem impacto** e aquilo que pode prejudicar sua organização ou comunidade se considera **que tem um impacto decisivo**.

O nível de risco ajuda a identificar as situações que você terá que enfrentar, com que profundidade e quando.



PROBABILIDADE: É uma estimativa da possibilidade real de que um evento específico aconteça. Uma **probabilidade baixa** indica que é difícil que esse evento ocorra, o que geralmente vai depender muito das suas capacidades. Uma **probabilidade alta** indica que é quase certo que esse evento de risco aconteça.

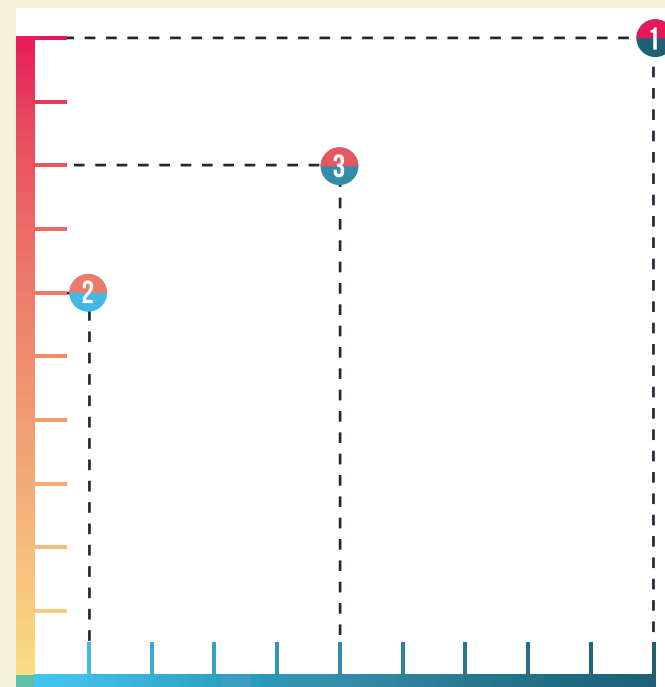
IMPACTO
DECISIVONÃO TEM
IMPACTO

PROBABILIDADE BAIXA

PROBABILIDADE ALTA

EXEMPLOS

1. Roubo de informações valiosas
2. Intimidação de participantes da organização
3. Difamação da organização nos meios de comunicação



EXERCÍCIO

Use este exercício para visualizar e priorizar seus riscos. Complete o mapeamento com os riscos identificados, conforme o exemplo. Os riscos de maior prioridade são os que estão na área vermelha. Os que estão na área mais clara podem ser deixados para depois ou simplesmente mantidos em observação. Para definir as prioridades, será útil fazer um mapeamento dos riscos que podem acontecer logo (curto prazo), dos que podem levar mais tempo (médio prazo) e dos que podem acontecer daqui a muito tempo (longo prazo).

Recomendamos que essas informações não sejam deixadas à vista em locais públicos. Se você registrá-las em fotografia ou folhas soltas, guarde-as com todo o cuidado, pois são informações estratégicas.

7



FORMAS DE SE PROTEGER



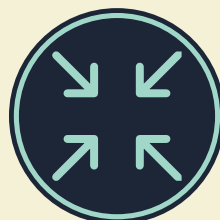
ACEITAR:

Significa que você aceita a situação. Reconhece que está em risco, mas o considera administrável e consegue conviver com ele.



COMPARTILHAR:

É se comunicar e construir alianças com pessoas ou organizações que sejam de sua confiança e que possam ter pontos de vista, recursos e meios para apoiar sua causa e, com isso, reduzir o impacto do risco.



REDUZIR:

Você enfrenta a situação e procura uma maneira de evitar, resolver ou reduzir o risco tanto quanto possível.



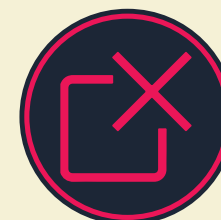
ADIAR:

É deixar de fazer o que pode trazer problemas e esperar um momento mais apropriado para tentar novamente.



ESCAPAR:

Quando não há outra alternativa porque sua vida corre muito perigo.



IGNORAR:

É agir como se nada estivesse acontecendo e continuar fazendo tudo como de costume sem se importar com as consequências. Geralmente aumenta o risco e faz com que as ameaças se tornem realidade. Não é recomendável.

Sempre há opções para lidar com os riscos. Decidir que opções são adequadas para este exato momento permitirá que **você examine a situação e proteja o que é importante enquanto se ocupa do que é urgente. Você pode utilizar uma ou várias das seguintes opções ao mesmo tempo.**

Protection International & UDEFEGUA (2011) Cuidándonos: guía de protección para defensoras y defensores de derechos humanos en áreas rurales.

Acessado em:
https://www.protectioninternational.org/wp-content/uploads/2012/04/guia_rural.pdf

EXERCÍCIO: EXEMPLO DE PERGUNTAS E RESPOSTAS

IMPORTANTE: Não se trata de recomendações nem foram pensadas para serem levadas a sério no caso apresentado. São apenas possíveis respostas rápidas para entender o exercício. Uma análise mais aprofundada se faz necessária em todos os casos.

- Neste caso, o que seria "escapar do risco"?

Afastar-se do vulcão.

- Neste caso, o que seria "aceitar o risco"?

Analisar a situação e decidir que o melhor é ficar em casa.

- Neste caso, o que seria "reduzir o risco"?

Uma vez aceita a ameaça do vulcão, enfrentar a situação, possivelmente fazendo uma vala ao redor da casa para evitar possíveis danos à estrutura, e encontrar maneiras de lidar com a possível falta de comida nos próximos dias ou semanas.

- Neste caso, o que seria "compartilhar o risco"?

Poderia chamar a defesa civil e se informar sobre as medidas mais apropriadas a tomar.

- Neste caso, o que seria "adiar o risco"?

Deixar a comunidade e, se possível, voltar mais tarde e se estabelecer novamente nesse lugar.

- Neste caso, o que seria "ignorar o risco"?

Ficar no mesmo lugar como se nada fosse acontecer.

- Quais as vantagens de cada uma dessas medidas?

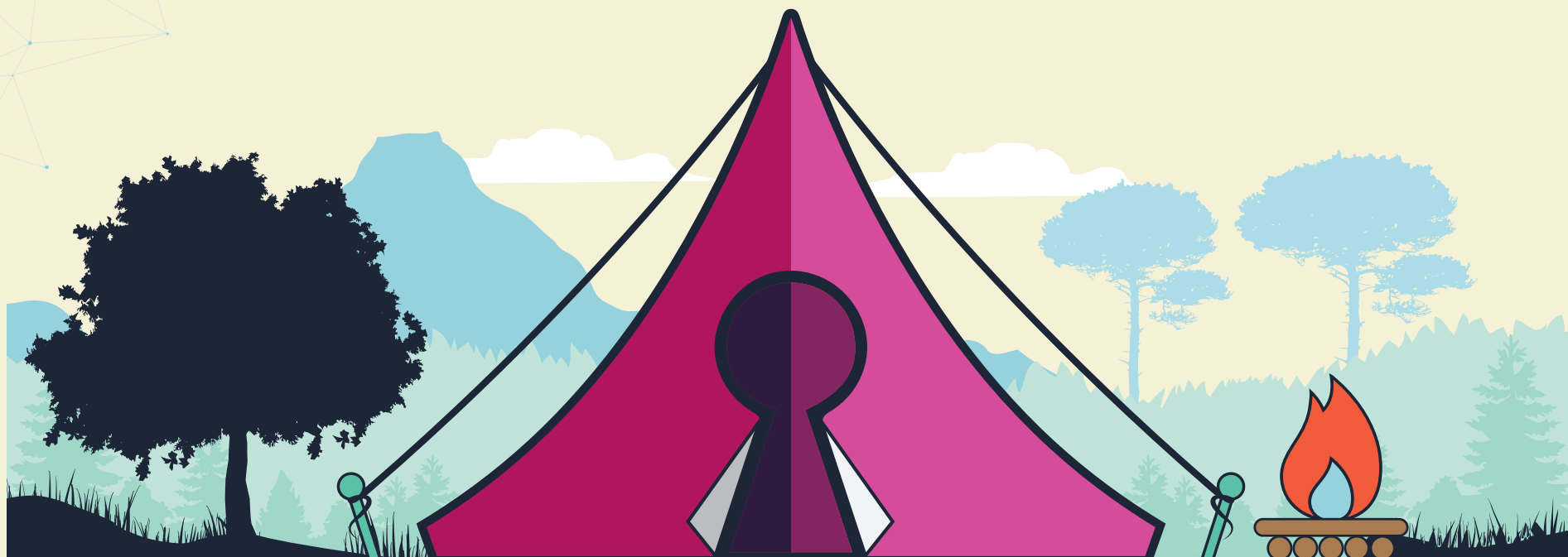
- Quais as desvantagens de cada uma dessas medidas?



Recomendamos que essas informações não sejam deixadas à vista em locais públicos. Se você registrá-las em fotografia ou folhas soltas, guarde-as com todo o cuidado, pois são informações estratégicas.



MEDIDAS DE PROTEÇÃO



O que são medidas de proteção? Todos temos capacidade de cuidar da vida, da família, da terra e da comunidade: é isso que significa “proteção”. Medidas de proteção são precauções ou coisas que fazemos frente a um risco ou ameaça para nos sentirmos mais seguros ou seguras. Apresentamos aqui três casos que exemplificam situações de risco, com base nos quais você poderá praticar o que aprendeu neste manual.

Diante de cada situação, responda de maneiras diferentes, pensando nos riscos específicos e em como evitá-los, reduzi-los ou compartilhá-los por meio de medidas específicas.



EXERCÍCIO 1: Em uma comunidade, existe uma organização de defesa da terra. Há alguns anos, o governo municipal vendeu terrenos da comunidade a uma empresa, que agora vai derrubar uma mata local e começar um projeto de extração de gás do subsolo usando produtos químicos nocivos para a água e a comunidade. A organização está questionando se o governo tinha o direito de vender esses terrenos. A empresa tem funcionários que frequentemente circulam pela comunidade, e muitos moradores já os viram tirando fotos de ativistas, de suas casas e da sede da organização, que foi criada quando se soube que iriam derrubar a mata. Representantes da organização também já receberam ameaças por telefone. Além disso, funcionários do governo municipal declararam publicamente que a organização é formada por "delinquentes".

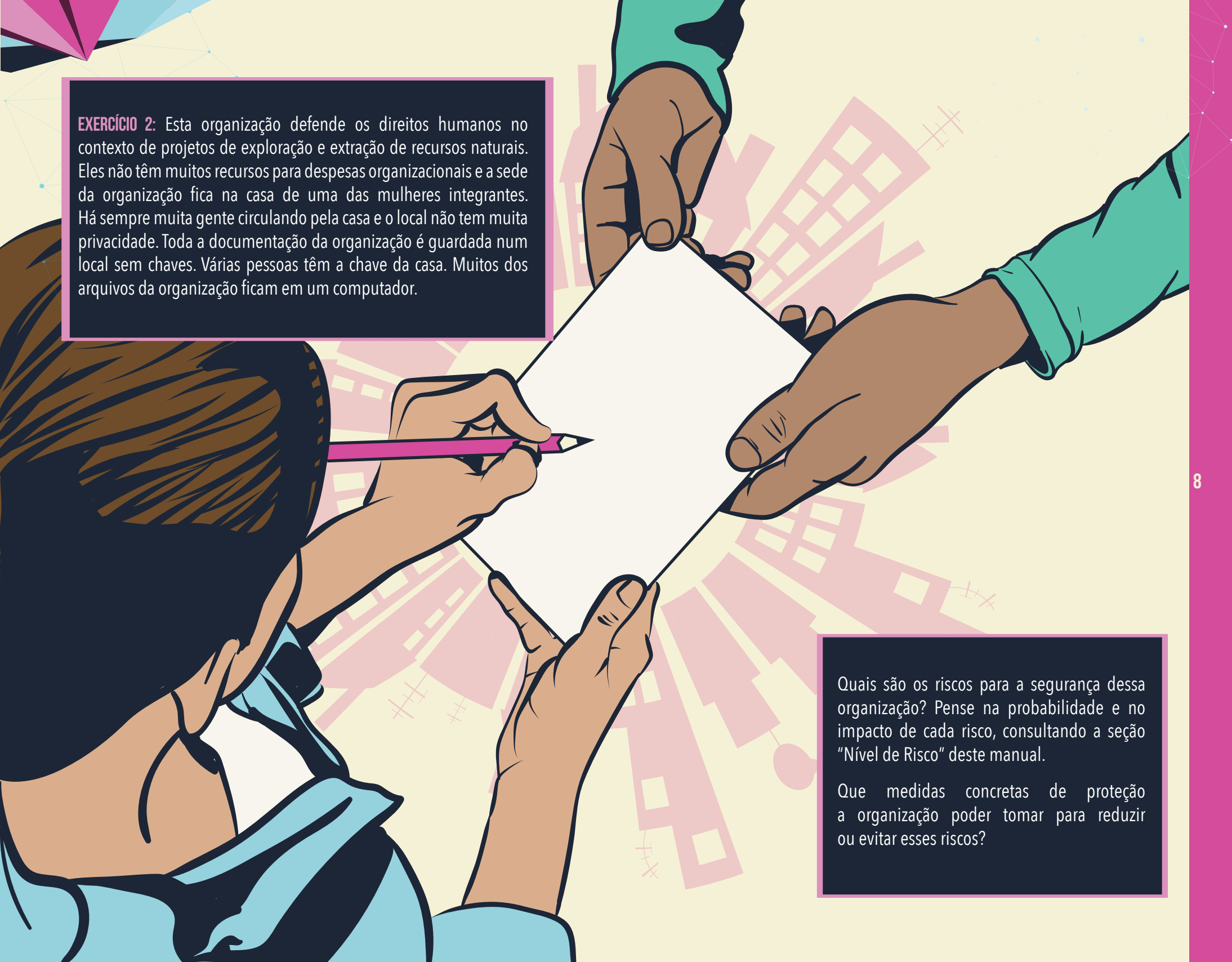
Quais são os riscos para as pessoas dessa organização?

Pense na probabilidade e no impacto de cada risco, consultando a seção "Nível de Risco" deste manual.

Que medidas de proteção a organização poderia tomar para reduzir ou evitar esses riscos?

A stylized illustration of a building with a dark roof and light-colored walls. A sign on the roof reads "ORGANIZACIÓN COMUNITARIA" in yellow capital letters. A person wearing a hat is standing in the doorway of the building. The background shows silhouettes of trees and a dark sky.

ORGANIZACIÓN COMUNITARIA



EXERCÍCIO 2: Esta organização defende os direitos humanos no contexto de projetos de exploração e extração de recursos naturais. Eles não têm muitos recursos para despesas organizacionais e a sede da organização fica na casa de uma das mulheres integrantes. Há sempre muita gente circulando pela casa e o local não tem muita privacidade. Toda a documentação da organização é guardada num local sem chaves. Várias pessoas têm a chave da casa. Muitos dos arquivos da organização ficam em um computador.

Quais são os riscos para a segurança dessa organização? Pense na probabilidade e no impacto de cada risco, consultando a seção “Nível de Risco” deste manual.

Que medidas concretas de proteção a organização poder tomar para reduzir ou evitar esses riscos?



EXERCÍCIO 3: Várias organizações estão planejando uma manifestação na capital para protestar contra um caso de corrupção no governo. Um grupo de sete jovens defensoras e defensores que são de uma comunidade localizada a seis horas da capital querem participar da manifestação. A polícia vai estar presente no evento e já usou gás lacrimogênio em ocasiões passadas. O grupo é formado por quatro homens e três mulheres. São todos adultos, com exceção de um jovem de 16 anos. Só duas pessoas do grupo têm saldo no celular.

Quais são os riscos de viajar para a capital e participar da manifestação? Pense na probabilidade e no impacto de cada risco, consultando a seção “Nível de Risco” deste manual.

Que medidas de proteção o grupo pode tomar durante a viagem para reduzir ou evitar esses riscos?

Que medidas de proteção o grupo deve tomar durante a manifestação?

Existe algum risco específico para as mulheres do grupo?



CUIDADOS COMUNITÁRIOS

Nossa atividade como pessoa ou organização defensora dos direitos humanos ocorre dentro de uma comunidade. Toda comunidade se baseia nos laços existentes entre seus integrantes, e precisa ter habilidades comuns para sobreviver e permanecer forte. Um processo de proteção integral não inclui apenas medidas contra riscos e ameaças, mas também envolve cultivar maneiras de nos cuidar e fortalecer que vão muito além de uma imagem ou de um momento. Apresentamos a seguir algumas formas coletivas de nos cuidarmos como parte de um processo integral de cuidado comunitário:

- **REDES DE APOIO:** Redes de apoio são todas aquelas pessoas ou organizações que apoiam sua causa e sua organização e nas quais você pode confiar. O exercício da página seguinte o ajudará a identificar sua rede de apoio.
- **AUTOCUIDADO:** Seu trabalho às vezes pode ser desgastante e lhe afetar de diversas maneiras, dependendo de fatores como seu gênero, idade, preferências sexuais, situação econômica, etc. É essencial que você cuide de sua saúde e bem-estar, para poder se proteger e realizar ações de defesa, seja do território, do meio ambiente, dos direitos humanos ou de qualquer outro tipo.



- **AUTOGESTÃO:** É se encarregar dos recursos de sua organização ou comunidade de forma sustentável e direta, sem depender em nada de qualquer pessoa ou fator externo, ou seja, apenas com base em sua própria organização e trabalho. Isso pode ajudar a fortalecer sua situação econômica e seu trabalho como defensora ou defensor dos direitos humanos, bem como a cuidar do meio ambiente e da terra. A autogestão pode ser uma estratégia de proteção e defesa da cultura dos povos originários.

- **COSMOVISÃO:** Cosmovisão é um conceito central da experiência, cultura e organização dos povos originários, e pode ser um componente fundamental de sua autoproteção. É um modo de enxergar a vida e o mundo, e de entender nossa relação com a terra e o universo. Da cosmovisão vêm os conhecimentos sobre a política, a economia, a sociedade, a espiritualidade ou qualquer outro tema. Cada comunidade cultiva, alimenta e dá atenção a sua cosmovisão da maneira que considerar apropriado.

- **IDENTIDADE:** Proteger sua forma de vida e as tradições das comunidades em que você está inserido é importante para manter a conexão com suas origens e criar laços fortes consigo mesmo e com a comunidade, assim como com outras comunidades que defendem aquilo em que você acredita e pelo que trabalha.



QUE OUTRAS FORMAS DE CUIDADO VOCÊ CONHECE? O QUE PENSA SUA COMUNIDADE SOBRE O ATO DE SE CUIDAR?

EXERCÍCIO

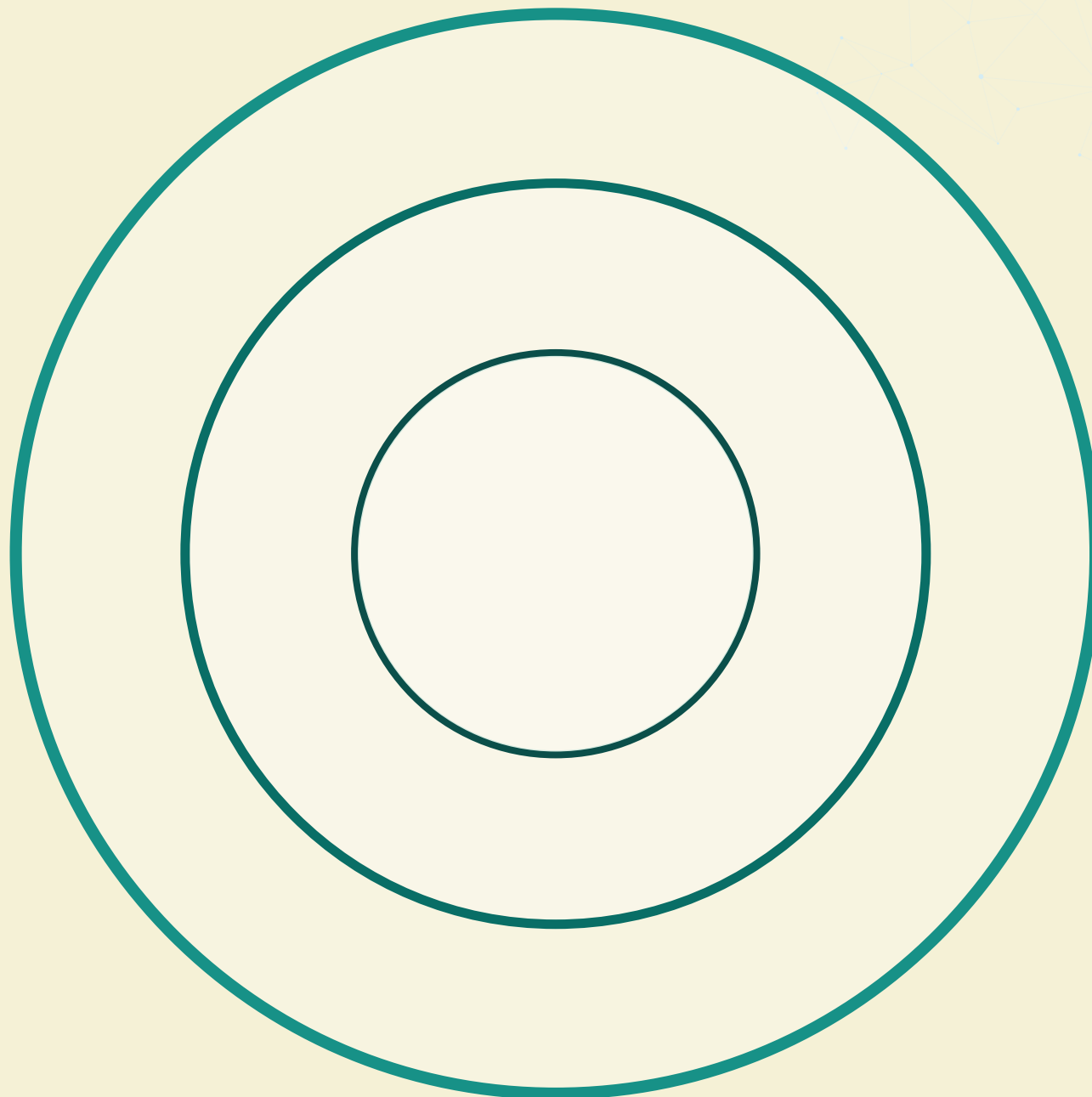
Use folhas ou canetas coloridas para pôr o nome das pessoas e organizações com as quais você trabalha no círculo que melhor descreve a relação entre vocês.

Isso facilita que se visualize em um único lugar as relações que você mantém com atores que apoiam sua causa e sua organização de defesa dos direitos humanos. Este exercício pode ser uma ferramenta importante para identificar suas relações institucionais, grupais e pessoais, bem como para cultivá-las.

Pessoas de confiança, grupos e organizações com presença local e com quem você mantém uma relação de proximidade.

Aliados nacionais, internacionais e outros que têm relação com sua organização, mas não possuem presença local.

Movimentos, organizações, grupos e pessoas que você não conhece pessoalmente, mas que sabe que trabalham com temas similares aos de sua organização de defesa dos direitos humanos.



Recomendamos que essas informações não sejam deixadas à vista em locais públicos. Se você as registrar em fotografia ou folhas separadas, guarde-as com todo o cuidado, pois são informações estratégicas.



Produzido em 2018 pela Anistia Internacional.

Este manual foi elaborado como parte do projeto “Defender as Defensoras e Defensores”, financiado pela Loteria Nacional Postal da Suécia em benefício das defensoras e defensores dos direitos humanos.

Projeto: Defender as Defensoras e Defensores, financiado pela Loteria Nacional Postal da Suécia

As ideias e os conceitos apresentados neste manual inspiraram-se no trabalho que outras organizações compartilharam conosco ou resultaram da colaboração entre a Anistia Internacional e organizações parceiras. Gostaríamos de agradecer a todas as pessoas e organizações que compartilharam suas ideias e conhecimentos. Entre elas:

- Unidade de Proteção a Defensoras e Defensores de Direitos Humanos da Guatemala (UDEFEUGA)
- Centro de Investigação e Promoção dos Direitos Humanos (CIPRODEH)
- Brigadas Internacionais da Paz (PBI)
- JASS Just Associates
- Front Line Defenders
- Protection Internacional
- Iniciativa Mesoamericana de Mulheres Defensoras dos Direitos Humanos (IM-Defensoras)

Para mais informações e recursos sobre este tema, consulte a seguinte biblioteca, onde encontrará materiais e guias sobre proteção e segurança de defensoras e defensores:
<https://seguridadparadefender.org/manuales>.



10



DICAS DE SEGURANÇA



CONHEÇA SEUS DIREITOS EM CASO DE PRISÃO

O QUE FAZER EM CASO DE DETENÇÃO?

>> **MANTENHA A CALMA!**

>> **NÃO RESISTA** nem discuta com a polícia.

>> **NÃO TENTE ESCAPAR.** Isso vai agravar sua situação legal e dar motivo para que o acusem de outros delitos.

>> **VOCÊ TEM O DIREITO DE PERMANECER EM SILÊNCIO.**

Diga com calma e respeito que você quer exercer seu direito de permanecer em silêncio até que tenha falado com um advogado ou advogada.

>> **PEÇA O NOME E O CRACHÁ DE QUEM ESTÁ TE DETENDO.**

Se te parecer seguro neste momento, solicita o nome e o crachá de quem está fazendo a detenção e anota as características físicas que possam te ajudar a reconhecer essa pessoa depois.



>> **PRESTE ATENÇÃO** às pessoas que estão ao redor, pois mais tarde elas poderão servir de testemunha. Assim que chegar ao local de detenção, solicite um exame médico e peça para registrar qualquer maltrato sofrido durante a detenção, o transporte e/ou a custódia.



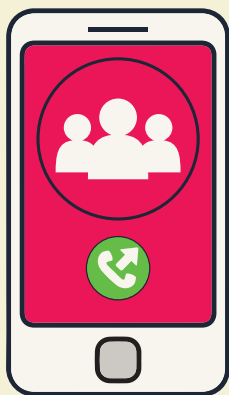
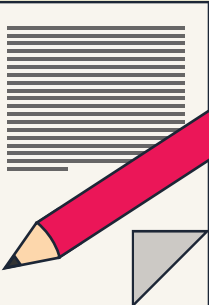
>> **VOCÊ TAMBÉM TEM O DIREITO DE PEDIR** um tradutor ou tradutora de seu idioma para entender as acusações e o processo contra você.



CASO VOCÊ PRESENCIE UMA DETENÇÃO...



>> **ANOTE TUDO O QUE PUDE: PEÇA O NOME E O CRACHÁ DE QUEM ESTÁ FAZENDO A DETENÇÃO.** Se te parecer seguro neste momento, solicita o nome e o crachá de quem está fazendo a detenção e anota as características físicas que possam ajudar a reconhecer essa pessoa depois.



>> **CONTATE UM FAMILIAR OU ALGUÉM PRÓXIMO DA PESSOA DETIDA O MAIS CEDO POSSÍVEL.** Se você tiver uma relação de proximidade com ela, você tem direito de ser informado para onde ela será levada.

VÁ OU ENCONTRE ALGUÉM PARA IR ATÉ o local para onde a pessoa detida será levada a fim de se certificar de que ela chegue em condições adequadas e dentro do prazo estabelecido em lei.



>> **CONTATE** alguém que possa prestar assessoria jurídica e, se possível, alguém que possa representar legalmente a pessoa detida.



O QUE É UMA DETENÇÃO ARBITRÁRIA?



É QUANDO ALGUÉM É PRIVADO DE LIBERDADE SEM UM MOTIVO OU JUSTIFICATIVA LEGAL PARA ISSO.

SE ALGUM DESSES REQUISITOS NÃO FOR CUMPRIDO, A DETENÇÃO É ILEGAL E A PESSOA DEVE SER LIBERTADA IMEDIATAMENTE.

⇒ Uma **ORDEM DE PRISÃO É ABSOLUTAMENTE NECESSÁRIA**, exceto em casos de flagrante delito, ou seja, quando a pessoa é detida no momento em que comete o delito.



⇒ A pessoa detida tem que ser **APRESENTADA A UM JUIZ** num prazo razoável de algumas horas após a detenção. O número de horas varia de país para país.

⇒ A pessoa tem que ser **INFORMADA VERBALMENTE E POR ESCRITO** sobre o motivo de sua detenção, a autoridade que ordenou a detenção e o lugar onde ficará detida.

⇒ A pessoa detida tem o direito de **INFORMAR, OU DE QUE AS AUTORIDADES INFORMEM, OUTRA PESSOA** no mundo exterior que ela foi detida e o local onde se encontra. Também tem direito de informar a uma terceira pessoa caso seja transladada para outro local de detenção.

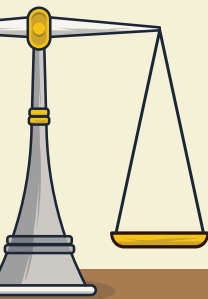
⇒ A pessoa detida tem **DIREITO A UMA ADVOGADA OU ADVOGADO DE SUA CONFIANÇA**. Caso não tenha alguém que a represente, deve ter acesso a um advogado público e sem custos.



⇒ A pessoa detida tem **DIREITO A SER CONSIDERADA INOCENTE** até que se prove o contrário e não pode ser obrigada a fazer declarações.

⇒ Sua **PRIMEIRA DECLARAÇÃO** deverá ser prestada perante um juiz ou juíza. Esses prazos são diferentes em cada país.

⇒ Depois de prestada a primeira declaração, deve-se chegar a uma das seguintes **RESOLUÇÕES**:



- **A PESSOA É POSTA EM LIBERDADE** por falta de condições para responsabilizá-la por um delito.
- Decide-se **MANTER A PESSOA EM PRISÃO PREVENTIVA** e o caso é levado a julgamento.
- Decide-se deixar a pessoa em liberdade enquanto aguarda o julgamento, o que se conhece como **MEDIDA SUBSTITUTIVA**.

No decorrer de todo o processo, a pessoa detida **NÃO** pode ser torturada, **NÃO** pode ser ameaçada, **NÃO** pode ser obrigada a fazer declarações, **NÃO** pode ser obrigada a assinar um documento, **NÃO** pode sofrer violência física e deve ser tratada de forma respeitosa.

SEMPRE QUE ACONTECER UMA DETENÇÃO ARBITRÁRIA É PRECISO BUSCAR ASSESSORIA JURÍDICA! NESES CASOS, DEVE-SE AGIR O MAIS RÁPIDO POSSÍVEL!



SE UM MEMBRO DA SUA ORGANIZAÇÃO FOR DETIDO, INFORME A ORGANIZAÇÃO E **REGISTRE** NO LIVRO DE INCIDENTES DE SEGURANÇA.



**PRODUZIDO EM 2018 PELA ANISTIA
INTERNACIONAL E FINANCIADO PELA
LOTERIA NACIONAL POSTAL DA SUÉCIA**



**AMNISTÍA
INTERNACIONAL**



**WE
EFFECT**



DICAS DE SEGURANÇA



“COMO CUIDAR DE MINHA SEGURANÇA DURANTE UMA MANIFESTAÇÃO?”¹

A MANIFESTAÇÃO PACÍFICA É UM DIREITO. MANIFESTAR-SE DE MANEIRA ADEQUADA PODE AUMENTAR SUA SEGURANÇA DURANTE ESSAS ATIVIDADES, MAS VOCÊ DEVE SEMPRE ESTAR ATENTO AO TIPO DE EVENTO DO QUAL PARTICIPARÁ, A QUEM ESTÁ ORGANIZANDO, AO PERCURSO E À DURAÇÃO PROGRAMADOS.



ANTES DA PASSEATA OU MANIFESTAÇÃO

INVESTIGUE! Em muitas manifestações, a polícia usa gás lacrimogênio, balas de borracha e gás de pimenta. Faremos algumas recomendações sobre como reagir e o que fazer em cada um desses casos.

ESCOLHA roupas e calçados confortáveis para caminhar e se movimentar com liberdade. Se for representar sua organização, pense em usar um colete ou camiseta que a identifiquem.

CONSIDERE levar algum tipo de proteção, como capacete, máscara contra gases ou um lenço.

ESTUDE um mapa com o percurso da passeata. Procure se familiarizar com os lugares que seu grupo percorrerá e com as ruas por onde entrar e sair da manifestação.

LEVE água, cartazes, marcadores e algum refresco para beber. Não se esqueça de levar pelo menos um kit de emergência para o seu grupo.

LEMBRE de se comunicar constantemente com pessoas que não estejam na manifestação, sempre informando onde vocês estão.

DEFINA um ponto e horário de encontro para o seu grupo. Um para o começo do evento e outro para o caso de se separarem.

TENHA a mão números de telefones para emergências médicas e legais.

FAÇA um backup dos conteúdos de seus dispositivos móveis.

CARREGUE em 100% a bateria de seu celular. Se necessário, leve uma bateria extra.

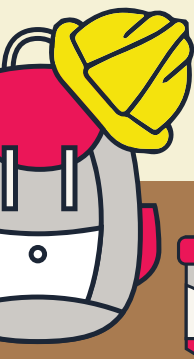
TENTE ter saldo suficiente para fazer chamadas e enviar mensagens.

CERTIFIQUE-SE de ter espaço livre para armazenamento. Arquivos ou aplicativos não utilizados podem ser apagados.

EXAMINE se sua configuração de **metadados*** é apropriada.

HABILITE os metadados se decidir usá-los.

BAIXE um aplicativo para gerenciar metadados e anonimizar fotos e vídeos, conforme considere conveniente. ObscuraCam e CameraV são duas opções disponíveis.



*Metadados são as informações que são salvas junto com seus arquivos, fotos, vídeos e outros documentos. Eles contêm informações sobre o tipo de dispositivo em que o arquivo foi criado, sobre o local, a hora, etc. Servem para identificar a fonte e o contexto que geraram o arquivo.

¹ Informações acessadas em

<https://infoactivismo.org/recomendaciones-de-seguridad-para-antes-durante-y/>



SE ACONTECER ALGUM INCIDENTE DE SEGURANÇA, INFORME SUA ORGANIZAÇÃO E ANOTE O QUE ACONTECEU NO LIVRO DE INCIDENTES DE SEGURANÇA.



DURANTE A MANIFESTAÇÃO

MANTENHA-SE junto a um grupo definido.

COMUNIQUE-SE com quem você tinha combinado.

EVITE ficar próximo a distúrbios e provocações.

EVITE praticar ou participar de qualquer ação violenta.

DOCUMENTE abusos de autoridade, se perceber algum, mantendo uma distância segura.

GUARDE bem os equipamentos eletrônicos que não estiver usando.

PRESTE atenção ao seu entorno, fique alerta.

AVALIE se você quer mostrar seu rosto ou o de suas companheiras e companheiros.

CONSIDERE se é conveniente compartilhar sua localização em um dado momento.

FECHE os aplicativos que não estiver usando, pois eles consomem bateria mesmo em segundo plano.

INFORME suas companheiras e companheiros, bem como seu ponto de contato, caso você tenha algum problema ou faça uma parada durante a passeata.



DEPOIS DA MANIFESTAÇÃO

VOLTE acompanhada ou acompanhado até um ponto de onde possa fazer com segurança o trajeto para casa.

AVISE quando chegar em casa ou em local seguro.

CONSERVE las fotos e vídeos originais como provas legais caso considere necessário.

FAÇA backup dos arquivos criados durante a manifestação.

REVISE os metadados dos arquivos que quiser compartilhar.

AVALIE se deve manter ou apagar os metadados dos arquivos antes de compartilhá-los.

COMPARTILHE aquilo que você considera seguro e positivo.



SE ACONTECER ALGUM INCIDENTE DE SEGURANÇA, **INFORME** SUA ORGANIZAÇÃO E **ANOTE** O QUE ACONTECEU NO LIVRO DE INCIDENTES DE SEGURANÇA.



**ELABORADO EM 2018 PELA ANISTIA
INTERNACIONAL E FINANCIADO PELA
LOTERIA NACIONAL POSTAL DA SUÉCIA**

