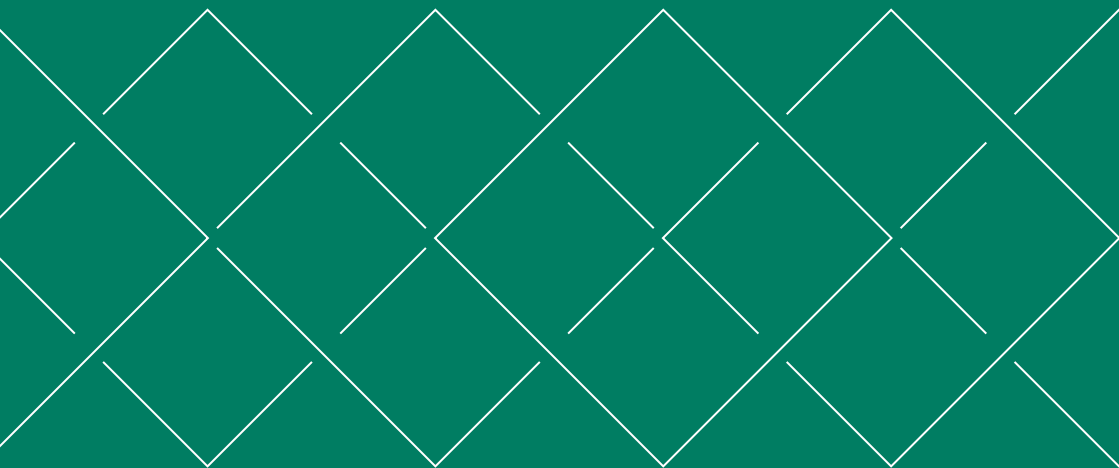


GUIA DE COMUNICACIÓ INCLUSIVA PER A ENTITATS



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPI



Fem comunicació inclusiva a Sant Joan Despí

Belén García Criado
 Alcaldessa

Vivim en la societat de la comunicació; gairebé podríem dir que tot comunica: les paraules, les imatges, però també la postura corporal, la disposició dels elements en un espai, etc.

La comunicació és com un mirall que reproduïx la realitat socialment dominant. Però té també la capacitat de produir-la. Tant pot consolidar determinades maneres de veure el món i d'actuar-hi que són discriminatòries i excloents com estendre noves idees i noves pràctiques i esdevenir motor de canvi en favor d'un món més igualitari i inclusiu.

Aquest segon tipus de comunicació, que anomenem comunicació igualitària o inclusiva, podem definir-la com aquell conjunt d'usos del text i de la imatge que busca que totes les persones se sentin igualment representades en el discurs i que aquesta representació sigui digna.

La comunicació inclusiva evita expressions excloents, discriminatòries, que perpetuen estereotips i prejudicis i que jerarquitzen els grups humans.



La comunicació inclusiva no és androcèntrica, sexista, racista, LGTBIfòbica, classista, capacitista, edatista, ni estigmatitzadora de les persones que tenen algun trastorn de salut mental. La comunicació inclusiva ens permet relacionar-nos de manera respectuosa amb tothom.

Si volem crear una societat més justa i igualitària, necessitem noves formes d'expressar-nos per mostrar-la i, en això, les institucions, com és ara l'Ajuntament de Sant Joan Despí, hi juguem un important paper, tant per la nostra especial responsabilitat com a administració al servei de tota la ciutadania com per la nostra capacitat d'incidir en la realitat.

Introducció

Des del Departament d'Igualtat i Polítiques LGTBI, en consonància amb el Pla Municipal d'Equitat de Gènere (concretament amb l'Eix 1. *Transversalitat de gènere* en el seu objectiu 2.1. *Trencar amb els valors tradicionals basats en l'androcentrisme i l'heteropatriarcat*), ja es perfila la voluntat de dissenyar una **Guia de comunicació inclusiva** per al personal intern i la ciutadania.

L'objectiu de crear i difondre aquest document té dos objectius: d'una banda, revisar i implementar dins del mateix Ajuntament l'ús d'un llenguatge inclusiu (en tots els seus formats: escrit, oral, visual, digital...) que doni cabuda a l'àmplia pluralitat de les persones; i d'altra banda, oferir un recurs pràctic i senzill a les entitats del municipi per tal de visibilitzar les visions esbiaixades dels diferents canals comunicatius i facilitar altres formes correctes d'estar al món i anomenar-lo o representar-lo.

Concretament, aquesta guia té la voluntat de desemmascarar els usos sexistes i androcèntrics més comuns en l'ús del llenguatge i proposar solu-

cions i alternatives a l'ús del masculí com a genèric. A més a més, introdueix aspectes essencials des d'una lògica interseccional que permet trencar amb els aspectes normalitzats vinculats al racisme, l'edatisme i el capacitisme, entre d'altres, per oferir formes respectuoses amb la diversitat sexual i afectiva, funcional, generacional, cultural i religiosa.

Hem d'aprofitar les possibilitats que ens proporciona la llengua, que és flexible i s'adapta a l'evolució de la societat i a les necessitats comunicatives, sense allunyar-nos de la correcció lingüística ni caure en expressions forçades o artificioses; hem de treure profit de les alternatives que ens ofereixen les imatges i tot el sector tecnològic per exemplificar la multiplicitat de realitats i experiències individuals i col·lectives.

En definitiva, si tenim en compte que tota comunicació crea realitat, cal trobar les estra-tègies més idònies per caminar cap a una societat més igualitària i lliure, sempre des d'una mirada feminista, interseccional i transformadora.

Igualtat de gènere

En totes les nostres comunicacions hem de garantir que dones i homes apareixen de manera equilibrada i digna. Per desgràcia, no sempre és així i de vegades ens expressem d'una manera sexista i androcèntrica.

Ens expressem d'una manera sexista quan fem servir paraules que atempten contra la dignitat de les dones, menysvalorant-les, discriminant-les o cosificant-les, i ho fem d'una manera androcèntrica quan destaquem els homes i invisibilitzem o releguem a un segon terme les dones i les persones no-binàries.

Recomanacions per evitar el sexisme i l'androcentrisme en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
No ens referim a les dones com un apèndix dels homes o en funció de la seva relació amb aquests, i donem la mateixa importància a les dones que als homes	<i>La dona del tresorer, Marta Garcia, va presentar l'acte...</i>	La (senyora) Marta Garcia va presentar l'acte...
	<i>La directora va citar la família Sanchís (cognom del pare de la criatura)</i>	La directora va citar la família Ripoll i Sanchís / Sanchís i Ripoll (escrivim el primer cognom de la mare i del pare de la criatura)
Evitem paraules o expressions pejoratives que al·ludeixen a les dones o amb un sentit més negatiu si es refereixen a les dones	<i>Bruixa</i>	Mala persona
	<i>Fill/a de puta, putada, conyàs, posar o enviar (algú) a parir, ser (una cosa) una parida etc.</i>	Depèn de cada paraula, però en general es tracta d'expressar aquest concepte: "persona, acció o cosa dolenta o poc important"

No fem servir la paraula "senyoreta"	<i>La senyoreta Vilà</i>	La senyora Vilà
Fem servir la variant femenina de les professions, els títols i els càrrecs	<i>(Dona) advocat, alcalde, arquitecte, bomber, carter, crític, enginyer, mecànic, metge, mosso d'esquadra, músic, notari, polític, president, tècnic, xofer...</i>	Advocada, alcaldessa, arquitecta, bombera, cartera, crítica, enginyera, mecànica, metgessa, mossos d'esquadra, música, notària, política, presidenta, tècnica, xofera...
No fem servir la paraula "home/s" per parlar de persones de qualsevol sexe o gènere	<i>Tots els homes són iguals davant la llei</i>	Totes les persones són iguals davant la llei
	<i>Algún dia l'home trepitjarà Mart</i>	Algún dia l'ésser humà/la humanitat trepitjarà Mart
Fem servir noms col·lectius: personal, població, ciutadania, veïnat, joventut, amistats...	<i>Els periodistes</i>	La professió periodística
	<i>Els podòlegs</i>	El servei de podologia
	<i>Els treballadors</i>	El personal / La plantilla / La classe treballadora
Fem servir noms que valen per a persones de qualsevol sexe: persona, individu, infant, nadó, parella...	<i>A quina edat comença a parlar un nen?</i>	A quina edat comença a parlar una criatura?
Fem servir expressions i paraules neutres	<i>Benvinguts a...</i>	Us donem la benvinguda a...
	<i>Els qui vinguin tindran premi</i>	Qui vingui tindrà premi
	<i>Gràcies a tots!</i>	Gràcies a tothom!
Diguem el nom del càrrec, ofici o titulació en comptes del de les persones que l'exerceixen o el posseeixen	<i>El gerent</i>	La gerència
	<i>President i vicepresident</i>	Presidència i vicepresidència
	<i>Els comerciants</i>	Els comerços
	<i>Els filòsofs</i>	La filosofia
	<i>Els periodistes</i>	La professió periodística
Fem servir formes dobles	<i>És una revista per a nens</i>	És una revista per a nens i nenes
	<i>Restaurant busca cuiner</i>	Restaurant busca cuiner o cuinera

Diversitat afectiva, sexual i de gènere

El col·lectiu LGTBI+ engloba diferents identitats de gènere i orientacions sexuals, i inclou persones lesbianes, gais, bisexuals, transsexuals, transgènere i intersexuals, entre d'altres.

És molt important no discriminar, criminalitzar ni al·mentar els prejudicis socials a l'entorn de les persones LGTBI+ i, en canvi, donar-los visibilitat, naturalment respectant sempre la decisió d'aparèixer o no de cadascú.

Remarquem que el llenguatge inclusiu ha d'incorporar també les persones no-binàries o trans, és a dir, que no se senten identificades com a dones o com a homes.

Recomanacions per evitar l'homofòbia i la transfòbia en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
No anomenem les lesbianes i els gais amb termes que s'usen com a insults. Fins i tot abans de caracteritzar algú com a lesbiana o gai hem de preguntar-nos si és pertinent en el context descriure la persona per la seva orientació sexual. Sovint no ho és, igual com no diem: "La meua companya de feina és heterosexual"	<i>Bollera, marica, efeminat...</i>	<i>Lesbiana, gai</i>
No fem servir despectivament paraules relacionades amb persones LGTBI+ ni amb pràctiques sexuals que, per un altre estereotip, se'ls atribueixen	<i>Això és una mariconada</i>	<i>Això és una ximpleria</i>
	<i>Que et donin pel cul!</i>	<i>Ves a pastar fang! / Ves a fer punyetes!</i>
No considerem les relacions heterosexuals com la norma i les altres com a excepcions	<i>La violència dins la parella no sols es dona en les parelles normals, sinó de vegades també en les homosexuals</i>	<i>La violència dins la parella no sols es dona en les parelles heterosexuals, sinó de vegades també en les homosexuals</i>
Visibilitzem la diversitat familiar	<i>Associació de Mares i Pares d'Alumnes</i>	<i>Associació de Famílies d'Alumnes</i>
	<i>Pares i mares</i>	<i>Famílies, unitat familiar, persones tutores...</i>
Referim-nos a tota persona pel gènere amb què s'identifica en comptes de fer-ho pel sexe que li van assignar en néixer i adrecem-nos-hi també pel nom i pronom amb què s'identifiqui. No fer-ho és una falta de respecte	<i>El grup de treball el formen la Neus, en Pep i la Noah</i>	<i>El grup de treball el formen la Neus, en Pep i Noah (com que Noah es declara persona no-binària i no ha dit amb quin article personal s'identifica, optem per no emprar cap article personal, ni masculí ni femení)</i>
	<i>L'actor Elliot Page, conegut anterior com a Ellen,...</i>	<i>L'actor Elliot Page...</i>

Diversitat cultural i religiosa

Massa sovint el color de pell, l'origen geogràfic, la manera de vestir, les creences religioses, la situació administrativa, etc. es fan servir per discriminar i excloure les persones migrades, racialitzades i de cultures minoritzades. L'ús de la llengua ha d'empènyer en sentit contrari, a favor de la igualtat de drets i d'una societat que celebri la diversitat en comptes de considerar-la com una amenaça.

Recomanacions per evitar el racisme en la llengua

CRITERI	EN COMPTES	RECOMANEM
Els processos migratoris no són un tret definitori de les persones	<i>Un/a immigrant/ada</i>	<i>Ø / persona migrada (si ja ha conclòs el procés)</i>
	<i>Un/a immigrant</i>	<i>Ø / persona migrant (si encara està fent el procés migratori)</i>
Migrar no s'hereta ni es transmet. Les persones nascudes a Catalunya són catalanes	<i>Immigrant de segona generació</i>	<i>Descendent de persones migrades</i>
Totes les persones tenim un color de pell	<i>Persona de color</i>	<i>Persona negra / persona afrodescendent / persona negroafricana...</i>

Genèticament, el terme "raça" no es pot aplicar a les poblacions humanes. Només hi ha una raça, la humana!	<i>Raça gitana</i>	<i>Ètnia gitana, poble gitano, poble romaní...</i>
	<i>Raça negra</i>	<i>Persona negra / persona afrodescendent / persona negroafricana...</i>
Cap persona és il·legal	<i>Immigrant il·legal</i>	<i>Persona en situació (administrativa) irregular / no regularitzada</i>
Evitem termes metafòrics que equiparen l'arribada de persones migrants a una invasió o catàstrofe, perquè converteix aquestes persones en una massa i les deshumanitza i perquè alimenta els discursos d'odi	<i>Arribada massiva, allau, onada... (d'immigrants)</i>	<i>Ø, un grup o indicar una quantitat aproximada</i>
Termes despectius	<i>Mora/moro</i>	<i>Persona marroquina Persona algeriana</i>
	<i>Sudaca</i>	<i>Llatinoamericà/ana, equatoriana, argentí...</i>
	<i>Paki</i>	<i>Paquistanès/esa</i>
Evitem les expressions racistes i colonials	<i>Una feina de xinos</i>	<i>Una feinada, una feina molt minuciosa</i>
	<i>Anar com un/a gitano/a</i>	<i>Anar brut/a</i>
Evitem expressions basades en l'oposició entre "nosaltres" ("les persones autòctones", "els d'aquí", "els del poble", "els de casa", "els catalans de tota la vida") i "ells" o "elles" ("els de fora"). Aquesta oposició fa generalitzacions incorrectes, crea bàndols i afavoreix la discriminació i l'enfrontament	<i>Nosaltres / Ells Els autòctons / Els de fora Les entitats dels immigrants i les del poble</i>	—

Diversitat funcional

De vegades, quan ens referim a persones amb capacitats físiques, intel·lectuals o sensorials que se surten de la norma, fem servir paraules i expressions que estigmatitzen, menyspreen, invisibilitzen o reforcen estereotips i prejudicis. És el llenguatge capacitista.

El capacitisme considera que hi ha unes capacitats normals i atorga la condició de discapacitada o discapacitat a tothom que té capacitats diferents, sense tenir en compte que és una conseqüència més de la diversitat humana. Però en realitat la discapacitat no ve determinada tan sols per factors personals, sinó també per factors socials. És a dir, l'entorn discapacita.

Recomanacions per evitar el capacitisme en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
Posem l'èmfasi en la persona, no en la discapacitat	És un cec, una cega	És una persona cega / amb ceguesa / amb discapacitat visual
	És un/a sord/a	És una persona sorda / amb sordesa / discapacitat auditiva
	És un/a sordcec/sordcega	És una persona sordcega / amb sordceguesa
	És un/a paralític/a	És una persona amb paràlisi
	És un/a síndrome de Down	És una persona amb síndrome de Down
	És un/a autista	És una persona autista / amb trastorn de l'espectre autista / amb TEA
	És un/a nan/a	És una persona amb nanisme / amb/d'estatura baixa
Evitem l'ús de termes pejoratius o obsolets	Invàlid/a, Impedit/ida Incapacitat/ada, Mutilat/ada, Minusvàlid/a Tolít/ida	Persona amb mobilitat reduïda / usuària o usuari de cadira de rodes / persona amb discapacitat
	Equipament / lavabo / aparcament per a minusvàlids	Equipament / lavabo / aparcament accessible
Prioritzem la persona a la discapacitat. Evitem aquelles expressions que se centren en les limitacions en lloc de les capacitats i que deshumanitzen la persona equiparant-la a la seva condició	Un/a discapacitat/ada	Persona amb discapacitat / en situació de discapacitat / amb diversitat funcional
	Una nena discapacitada	Una nena amb discapacitat / en situació de discapacitat / amb diversitat funcional
Les persones amb diversitat funcional també són persones normals	A l'aula hi ha dues nenes amb sordesa; la resta és normal	A l'aula hi ha dues nenes amb sordesa
No fem servir paraules estigmatitzadores, ofensives o inexactes, o aquelles que fora de contextos mèdics s'utilitzen amb intenció vexatòria	Deficient Mongòlic/a	—

Salut mental

Els trastorns mentals són un factor de discriminació social. No la reforcem utilitzant termes tradicionalment vinculats a aquestes situacions per insultar o, fins i tot, per expressar els nostres estats d'ànim. Si ho fem, frivoltzarem la salut mental i estigmatitzarem les persones que tenen problemes d'aquesta mena, que, d'altra banda, podem ser qualsevol de nosaltres en un moment donat de la vida.

Recomanacions per evitar l'estigma envers les persones que tenen una malaltia mental en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
Evitem l'ús de termes que han quedat obsolets perquè al seu dia es van convertir en insults	<i>Retardat mental</i>	<i>Persona amb problemes de salut mental, amb trastorn mental, amb malaltia mental</i>
	<i>Subnormal</i>	
	<i>Sembles retardada!</i>	<i>Com et costa d'entendre les coses!</i>
	<i>És un subnormal!</i>	<i>És un estúpid!</i>
Evitem anomenar la persona per la malaltia que pugui tenir, de la mateixa manera que evitem dir d'algú que és una cancerosa, una leprosa o un sídós, posem per cas, perquè està malalt de càncer, lepra o sida	<i>Un/a malalt/a mental</i>	<i>Persona amb problemes de salut mental, amb trastorn mental, amb malaltia mental</i>
	<i>Un/a esquizofrènic/a</i>	<i>Persona amb esquizofrènia (o que té esquizofrènia)</i>
	<i>Un/a bipolar</i>	<i>Persona amb trastorn bipolar (o que té trastorn bipolar)</i>
Rebutgem paraules mèdiques fora de context amb connotació negativa	<i>És un/a psicòpata</i>	<i>Esta desequilibrat/ada</i>
	<i>Va a la seva, sembla autista!</i>	<i>Va a la seva!</i>
	<i>És un/a histèric/a; sempre està cridant (dit a una dona és doblement ofensiu per estigmatitzador i per sexista)</i>	<i>Sempre està cridant</i>
	<i>Un dossier anorèctic</i>	<i>Un dossier insuficient</i>
	<i>Una situació esquizofrènica</i>	<i>Una situació contradictòria</i>

Edat

La discriminació per edat sovint ens passa per alt. S'adreça, per un cantó, a les criatures i, més encara, a la gent jove, a la qual se la titlla sovint d'irresponsible i problemàtica, i per l'altre cantó, afecta també la gent gran, que de vegades és considerada com a inherentment vulnerable i incapaç de decidir per ella mateixa. La discriminació per edat, o edatisme, es manifesta, i reforça, a través del nostre llenguatge.

Recomanacions per evitar l'edatisme en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
Evitem formes despectives de descriure la infància i l'adolescència, fetes des de la pretesa superioritat de la persona adulta	<i>Mocós/osa</i>	<i>Infant, adolescent</i>
	<i>Edat del "pavo"</i>	<i>Pubertat o preadolescència</i>
Si no ens adreçem a persones que han tingut descendència, és millor que les caracteritzem pel seu grup d'edat	<i>Els avis i àvies</i> <i>Les iaies i els iaïos</i>	<i>Les persones grans, la gent gran</i>
Evitem aquesta expressió asimètrica respecte a les altres etapes de la vida, que no s'anomenen com a "primera edat" o "segona edat". Les asimetries acostumen a derivar en prejudicis o estigmes	<i>La tercera edat</i>	<i>La gent gran</i>
Evitem aquesta expressió perquè sobreprotegeix i infantilitza persones amb plens drets	<i>Els nostres grans</i>	<i>Les persones grans, la gent gran</i>
Fem servir la paraula "jubilat/ada" quan vulguem remarcar aquesta situació administrativa i laboral, però no quan ens referim a persones grans: la identitat d'algú va més enllà de la seva situació laboral i, a més, de vegades s'utilitza amb un to de menyspreu	<i>Jubilats, jubilades</i>	<i>Les persones grans, la gent gran</i>

Classe social

El classisme es manifesta en la llengua amb expressions pejoratives cap a les classes socials amb menys recursos i en l'ús d'algunes convencions lingüístiques pensades per realçar les classes socials amb més recursos respecte a la resta de la societat.

Recomanacions per evitar el classisme en la llengua

CRITERI	EN COMPTES DE	RECOMANEM
Escrivim amb minúscula, tal com estableix la normativa, les designacions de càrrecs, títols i oficis. Fer-ho amb majúscula inicial, en la mesura que no es fa per a totes les dedicacions, és incórrer en classisme. Només escriurem aquests noms amb majúscula si es troben a inici de ratlla	<i>L'Alcalde, el Rei, la Presidenta, la Doctora</i>	<i>L'alcalde, el rei, la presidenta, la doctora</i>
Evitem al màxim l'ús de títols, un altre senyal de classisme. Tendim cap a l'ús universal del tractament "senyor/a"	<i>Il·lustríssim/a senyor/a Il·lm. Sr. / Il·lma. Sra. Excel·lentíssim/a senyor/a Excm. Sr. / Excma. Sra. Magnífic senyor / Magnífica senyora Magfc. Sr. / Magfca. Sra.</i>	<i>Senyor/a</i>
No anomenem les persones per les situacions, quan fer-ho pot contribuir a estigmatitzar-les i fer-les encara més vulnerables	<i>Un/a sensesostre,</i>	<i>Persona sensesostre / sense llar / que viu al carrer</i>
Evitem els termes que han adquirit connotacions pejoratives per designar les persones que viuen en situació de pobresa	<i>Vagabund, indigent</i>	<i>Persona sensesostre / sense llar / que viu al carrer</i>
No fem de la pobresa de recursos un terme pejoratiu	<i>No li facis cas, és un pelacanyes! / mort de gana! / pobre desgraciat!</i>	<i>No li facis cas!</i>
	<i>Classe baixa</i>	<i>Classe treballadora / classes populars</i>
Evitem expressions que culpabilitzen les persones en situació de pobresa o fins i tot que associen la pobresa amb la delinqüència	<i>És pobra però treballadora</i>	<i>És treballadora</i>
	<i>És pobra però honrada</i>	<i>És honrada</i>

Altres recomanacions

Sovint es diu que vivim en la societat de la comunicació, i realment tot comunica: la lletra escrita però també la paraula, el text però també la imatge, i fins i tot l'expressió de la cara o un gest. Tot seguit llistem un seguit de recomanacions per expressar-nos de manera inclusiva, més enllà de la llengua escrita.

1. Saludem tothom de la mateixa manera i mirem a tothom mentre parlem.
2. Seiem al costat de qualsevol persona, independentment del seu origen.
3. Evitem al·lusions sobre l'aspecte físic o la manera de vestir d'algú.
4. No expliquem acudits o anècdotes racistes, sexistes, homòfobes, transfobes...
5. No adoptem un to paternalista, com si parléssim a una criatura, quan ens adrecem a algú amb diversitat funcional, a una persona gran o a una persona migrada.
6. Quan algú necessita interpretació per problemes d'audició o per no dominar la llengua, parlem i escoltem dirigint-nos a ella, no a la persona que fa la interpretació.
7. No acaparem els torns de paraula, no interrompem quan parla algú; respectem els temps d'intervenció, que han de ser similars per a tothom; escoltem i recollim les aportacions de tothom i no ens apropiem de les propostes que han fet altres. Sovint els homes tendeixen a fer aquestes accions davant les intervencions de les dones.
8. En cartells, vídeos, imatges que pengem a les xarxes, etc., representem la diversitat no estereotipada de dones i homes i de persones no-binàries de Sant Joan Despí, tenint en compte les diferents edats, aspectes físics, maneres de vestir, capacitats, orígens, classes socials, ètnies, etc.
9. Presentem imatges on apareguin alhora dones i homes fent la mateixa activitat i tant en l'àmbit domèstic com en el públic.
10. Evitem representar el cos femení com a objecte, decoració o reclam sexual.
11. Evitem que a les nostres imatges apareguin tan sols persones blanques.
12. Mostrem imatges cooperatives entre persones de diferent sexe, orientació sexual, procedència, condició...

GUIA DE COMUNICACIÓ
INCLUSIVA
per a entitats



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ