

Eu gosto de namorar,
E sentir-me apaixonado
Gostava de um dia casar,
Viver com o amor ao meu lado

Namorar é uma alegria
Dizem ser um Direito
Mas é só mais um deles...
Que só por um buraco espreito

Na luta pela inclusão
Virgínia Moura é a inspiração
Multiculturalismo e união
Todos têm voz e participação

Ao fim de semana continuamos a sonhar
Em estar com os amigos e passear
A liberdade ainda é uma ilusão
Ficas em casa... que rica inclusão

Direito ao trabalho sei que está na Convenção
Mas cá eu...? Ainda Não (tenho/estou)
Temos direito a um salário e ocupação
Mas sem a família não tinha casa nem pão

Temos pensão social e produtos de apoio
Havendo paciência ou muito dinheiro
Quero é trabalhar todos os dias
Vou procurar a agulha no palheiro

Em cadeira de rodas circular é uma aventura
Guimarães é uma cidade radical
As raízes das árvores, as escadas e as trotinetes
Transformam um passeio numa luta sindical.

Na festa do Fórum, é só união,
Direitos iguais, na nossa canção.
Respeito e inclusão, bandeiras no ar,
Que em Guimarães, vamos sempre lutar!

Não é um bem essencial, mas ninguém passa sem ele
Ajuda a estar ligado, dá liberdade a valer.
Com 41 anos o desejo, um dia talvez.
Mas o telemóvel é, pra' maioria, um sonho que já se fez!

Temos direito à inclusão e participação social
Ser bem tratados, orientados e amados
A autodeterminação é a divina providência
Vamos ter que aguardar...com muita paciência

Temos direito à vida e à nossa independência
Temos direito a ser e à assistência pessoal
Hoje nada acontece, amanhã também não
Pensar no futuro até me para o coração

Que a nossa marcha ecoe um só valor,
Com inclusão, construímos amor.
Sem barreiras, unidos em comunhão,
Guimarães, sê forte na inclusão!

Acessibilidade é um gesto
De cuidado e transformação
Que acolhe cada diferença
E amplia a nossa visão.

Na festa e na vida, é de coração,
Inclusão é o caminho, é justa a razão.
Direitos iguais para quem quer sonhar,
Que a força de todos nos faça avançar!

Empatia é a ponte estendida
Que une o mundo a dialogar
É saber que a vida é mais rica,
Quando todos podem participar.

Em Guimarães cantamos com o coração,
Por um mundo justo, com inclusão.
Direitos iguais para toda a gente,
Que ninguém fique para trás, nem ausente!

Para um futuro mais justo e livre
Em que as barreiras não vão resistir
Que o respeito seja o alicerce
De um mundo onde todos possam sorrir.

Em Guimarães, ninguém fica de lado,
O Fórum acolhe, com orgulho e agrado.
Pessoas com voz, a celebrar e a lutar,
Pela inclusão, vamos juntos marchar!

Viva a inclusão, para todos nós!
Viva o respeito, que dá mais voz!
Vamos juntos, com força e emoção,
Festejando a vida e a inclusão

DIA INTERNACIONAL DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

6 de dezembro de 2024

*Consciencializar
para Incluir*

PRE  ÃO



MUNICÍPIO DE
GUIMARÃES



FÓRUM MUNICIPAL
DAS PESSOAS COM
DEFICIÊNCIA

COORDENAÇÃO

José Fidalgo Martins | Sofia Pires

CONTRIBUTOS

AE Abação | AE Abel Salazar |
AE Santos Simões | AE Virgínia Moura
Associação Portuguesa Voz do Autista |
APCG | CACI/Lar Residencial Alecrim
CERCIGUI | CS Brito | ES Francisco de Holanda

PREGÃO 2024

De Guimarães ao mundo, o grito é forte,
Por quem tem direito, a vida é suporte.

**No Fórum ninguém fica pra trás,
A inclusão é o caminho da paz!**

Em cada pessoa, há luta e história,
Por quem tem direito, fazemos memória.
**Com deficiência ou não, somos todos iguais,
Em Guimarães, a exclusão jamais!**

Ó meu rico S. Nicolau
Padroeiro dos estudantes,
Faz de nós bons pregoeiros,
Como os nossos semelhantes!

Ah, Guimarães, cidade de tradição,
Em cada rua, em cada coração,
**Ergue-se a voz dos que querem dizer:
Que a diferença é força e nos faz crescer!**

De traje de gala o pregoeiro,
A cantar seu erudito pregão,
Não pode deixar de interrogar
Pra que serve a apregoada Inclusão!

Se todos os estudantes vivem,
Estes dias com folia,
Porque ficam para trás
Alguns deles...uma razia?!

Canta a TODOS os Nicolinos,
Apregoa pregoeiro, muito alto o teu pregão,
Não esqueças no pergaminho
De cantar a INCLUSÃO!

**Viva a inclusão, para todos nós!
Viva o respeito, que dá mais voz!
Vamos juntos, com força e emoção,
Festejando a vida e a inclusão**

Venham ouvir o nosso recado,
Esta mensagem que ecoa de lado a lado.
**Abram alas, façam-se ouvir,
Este pregão vem para incluir!**

Não há limites para quem quer lutar,
De braços abertos e prontos pra 'amar.
**Somos diversos, cada um ao seu jeito,
Todos merecemos igual respeito.**

Se o mundo é de todos, como não perceber?
Que a inclusão é o caminho a se fazer.
**Que importa o ritmo ou o som?
Se juntos seguimos, todos num só tom.**

Não há barreiras que nos façam parar,
Não há diferença que nos impeça de sonhar.
**Cada pessoa é única, uma nova lição,
Com coragem e força no coração!**

A educação, cultura, lazer,
Seja com ou sem deficiência
A todos devia pertencer:
Pobre ou rico, sem impropriedade.

A carta dos direitos humanos
Escrita, para todos, por igual,
Segue miragem, após tantos anos
Numa sociedade tão desigual.

A diferença é uma bênção,
Mas é tratada como tabu;
Não te esqueças da lição:
Hoje sou eu, amanhã és tu...

Em todos os meus sonhos, eu corro,
Sou intenso, pleno e destemido,
Sinto-me em campo aberto,
E encontro sempre um abraço amigo.

Corre-me o sangue nas veias,
Mas não tenho forma de me explicar,
Enredo-me em densas teias,
É a forma do meu funcionar.

Mesmo assim todos me entendem,
Sem esforço nem hora marcada,
O meu sonho não dura muito,
Acaba com o romper da alvorada.

Sozinho me recomponho,
Sinto pouca nitidez,
É difusa a realidade:
Amargo de boca, solidão...e alguma surdez.

**Viva a inclusão, para todos nós!
Viva o respeito, que dá mais voz!
Vamos juntos, com força e emoção,
Festejando a vida e a inclusão**

Fico em casa, no meu lar,
Meu casulo, minha fortaleza, minha solidão,
Não me aceitam em mais nenhum lugar,
São as notícias que recebo da instituição.

Fico só, as minhas pessoas trabalham,
Revezam-se na presença e na coragem,
Apenas faço companhia à televisão,
Do vento de mudança, só uma leve aragem.

Vou envelhecendo, assim,
Passo pela vida sem viver,
Quem tomará conta de mim,
Até ao dia em que eu morrer?

Até lá, sonho,
Vivo um tempo sem amputação,
Sou feliz por mim mesmo,
Não preciso de qualquer muleta,

Não preciso de medicamentos,
Não preciso de cuidados,
Sou capaz por mim mesmo,
E, ainda, auxílio os necessitados.

Sonho, com uma sociedade ideal,
Inclusiva e especial,
Capaz de um abraço coletivo,
Em que todas as vidas têm o merecido sentido.

Enquanto sonho, agradeço à vida,
Que me fez diferente dos demais,
Para sonhar, apenas preciso
De um beijo de boa noite dos meus pais.

Ai pregão que tanto ensinas
Aos que lutam pela igualdade
Que nunca nos faltem forças
Para unidos alcançar a liberdade

de ser...de querer...de estar...de fazer

**Viva a inclusão, para todos nós!
Viva o respeito, que dá mais voz!
Vamos juntos, com força e emoção,
Festejando a vida e a inclusão**

É preciso proteger sem discriminação
É um bem de todos a inclusão!
Aceitar, promover o respeito
Aumentar a união é de todos um Direito!

No pregão do Fórum, a voz se levanta,
Pela inclusão que a todos encanta.
Direitos iguais, sem margem nem dor,
Em Guimarães, celebramos o amor!