



DIEM SÍ A LA COMUNICACIÓ  
INCLUSIVA I NO SEXISTA

*#SomElqueDiem*

# INTRODUCCIÓ I OBJECTIUS

El llenguatge importa. És important allò que diem i com ho diem.

El llenguatge és reflex de la societat que l'utilitza i alhora influeix en les actituds, els comportaments i les percepcions socials de les persones que l'integren.

A banda de la llengua i les imatges, quan generem continguts, hem de visibilitzar i promoure la diversitat i trencar els estereotips que fomenten la desigualtat.

Amb l'objectiu d'avançar en l'ús d'un llenguatge no discriminatori i en la construcció d'un món més just i igualitari, hem elaborat la guia “#SomElqueDiem”.

## Raó de ser

- Garantir que utilitzem un llenguatge el més respectuós possible.
- Facilitar una eina de consulta i aprenentatge enfocada a l'ús d'un llenguatge inclusiu i no sexista, però també d'avaluació i de millora dels missatges comunicatius.
- Promoure una comunicació sense discriminació, prejudicis ni opinions estereotipades.

## En aquesta guia trobaràs:

- Raons i estratègies per a utilitzar un llenguatge inclusiu i no sexista.
- Consells per a projectar una imatge inclusiva i plural

- Propostes de terminologia.

## Revisarem amb perspectiva inclusiva...

### Els nostres textos:

Notes de premsa, correus electrònics, informes, convenis, memòries, projectes, formularis, fitxes d'inscripció, notícies, xarxes socials, cartells, pàgina web...

### La nostra comunicació oral:

Reunions, xerrades, formacions, comunicacions telefòniques, converses en el lloc de treball, presentacions...

## RACISME, PREJUDICIS ÈTNICS I CULTURALS

Hi ha moltes alternatives per a expressar-nos sense ferir sensibilitats i haver de recórrer a paraules, expressions o imatges que poden alimentar el prejudici que tenim vers diferents persones/col·lectius i que són conseqüència directa de l'etnocentrisme i el racisme.

Quan, a partir d'un cas únic, associem una acció o una conducta a tota la població d'un país, o a tota una ètnia, o a una cultura determinada, establim una generalització. Cal evitar-les.

A la següent taula us facilitem recursos per fer un ús adequat i incluiu del llenguatge a l'hora de parlar sobre persones de diferent ètnia i/o cultura:

Llenguatge inadequat	Llenguatge inclusiu
<b>Raça</b> (no existeix la raça entre persones)	Ètnia
<b>Immigrant il·legal</b>	Persona en situació (administrativa) irregular
<b>Persona de color</b> (fals eufemisme)	Persona racialitzada o afrodescendent
<b>Moro/mora</b> (despectiu)	Persona llatinoamericana, argentina, equatoriana, d'origen llatinoamericà..
<b>Immigrant de segona generació</b> (les migracions no s'hereten)	Fill/filla d'immigrat o de persones que van migrar
<b>terrorisme islàmic/gihadista</b> (utilitzar nom concret del grup terrorista o parlar simplement de terrorisme).	Al Qaeda, Daesh, Boko Haram, terrorisme..
<b>Indígena</b> (té reminiscència colonial)	Població autòctona,
<b>Treball de xinos</b> <b>Treballar com un negre</b> <b>Anar fet un gitano</b> (cal evitar qualsevol expressió que faci referència tant als defectes com a les virtuts estereotipades d'un col·lectiu)	Feinada Treballar molt Anar deixat/da
<b>Estranger/estrangera</b>	Cal especificar: turista, persona immigrada, estudiant d'Erasmus...
<b>Pisos pastera</b>	Pisos sobreocupats
<b>Màfies romaneses, russes, xineses...</b> (l'adjectiu criminalitza tot el col·lectiu procedent d'aquests països)	Màfies
<b>Anar al paki</b> <b>Anar al badulaque</b> <b>Comprar al chino</b>	Anar al supermercat, Anar al (nom de la botiga)

# DIVERSITAT FUNCIONAL I TRASTORNS MENTALS

## Algunes consideracions

- Una persona amb discapacitat o amb trastorn mental no és una persona “anormal”. La paraula “anormal” és excloent i discriminatòria.
- Totes les persones som susceptibles de tenir problemes de salut mental al llarg de la nostra vida i a més no necessàriament seran permanents.
- Quan parlem o ens referim a una persona amb diversitat funcional ja sigui física, auditiva, visual o intel·lectual o amb una persona amb trastorns mentals, cal:
- **Evitar tractar-la de manera diferent.** I evitar canviar el to de veu quan ens dirigim a ella.
- **Evitar utilitzar descripcions sensacionalistes i que generin compassió.** El que volem aconseguir és acceptació social i respecte.
- **Evitar expressions i metàfores que estigmatitzin la salut mental o la frivolitzin.**
- **Evitar ser condescendent.** En molts mitjans presenten els assoliments d'aquest grup social com una heroïcitat, quan el tractament adequat per a aquestes situacions és el de la normalitat. Quan els seus drets estan garantits i disposen dels suports necessaris, les persones amb discapacitat o trastorn mental poden aconseguir les mateixes metes que qualsevol altra persona.

- **Important anteposar la paraula persona, abans que la seva discapacitat**, sent “persona amb discapacitat” el terme més adequat i no “discapacitat o discapacitada”. Les persones no són “discapacitades”, sinó que tenen una discapacitat. Per tant, la discapacitat no és un substantiu sinó un adjectiu. No és correcte esmentar les persones amb discapacitat com “una cega”, “el tetraplègic”... i sí com a “persona amb ceguesa o tetraplegia”.
- **Ni invàlid, ni minusvàlida, ni retardat...**Són termes inadequats que tenen connotacions negatives. Paraules com a invàlid/a, minusvàlid/a, disminuït/da, retardat/da, tolit/da, mutilat/da... són pejoratives i vulneren la dignitat de les persones amb discapacitat.

## Taula de recursos

Llenguatge inadequat	Llenguatge inclusiu
Deficient, invàlid, paralític, coix, disminuït...	Persona amb discapacitat física o persona amb mobilitat reduïda
Discapacitat/incapacitat	Persona amb discapacitat
Deficient, mongòlic	Persona amb discapacitat intel·lectual
El cec, invident, sordmut...	Persona sorda/cega/sordmuda
Llenguatge de signes	Llengua de signes
Boig, trastornat, dement, malalt mental, esquizofrènic	Persona amb trastorn mental, persona que té un diagnòstic de...
Tancat/ intern en un manicomi/psiquiàtric	Persona usuària de centres de salut mental o persona en procés de recuperació
Sembles bipolar	Ets molt voluble
Avui estic molt <i>depre</i>	Avui em sento trist/a

# DISCRIMINACIÓ O DISTINCIÓ EN FUNCIÓ DEL SEXE

## Motius per a evitar el sexisme en la comunicació

- El llenguatge sexista perpetua i posa veu a la discriminació, invisibilització i exclusió de les dones.
- És necessari qüestionar, denunciar i corregir les desigualtats de gènere.

## Consideracions inicials

- Per a referir-nos a grups amb persones de diferents sexes o gèneres, sovint utilitzem el **masculí generalitzador**. **Cal evitar l'ús d'aquest recurs**, utilitzant altres mecanismes que ens permeten expressar-nos de forma més inclusiva.
- És important tenir cura amb l'ús abusiu i continuat dels dos gèneres (desdoblament): dificulta la lectura i comprensió. A més exclou aquelles persones que no s'identifiquen com a home o dona.
- **En dobles formes, l'ordre sí que importa**. No és inclusiu utilitzar sempre el masculí precedint sistemàticament al femení: “ciutadans i ciutadanes, “els i les adolescents”...
- **Evitat l'ús asimètric del masculí i femení**. És usual sentir ‘els musulmans’ i en canvi usar ‘les dones musulmanes’ en fer referència a dones.
- **No utilitzar diferent tractament per a homes i dones**: “Senyor López i la seva esposa”, enlloc de “senyor López i senyora Puig”.

## Evitar expressions sexistes o estereotipades

Les expressions sexistes són discriminatòries i generen desigualtat. Tan important com visibilitzar ambdós sexes és evitar les expressions i frases que impliquin estereotips masculistes:

- **Paraules amb connotacions diferents en funció del sexe:** “ser un noi fresc”, “ser una noia fresca”...
- **Expressions i frases fetes:** “coses de dones”, “plorar/córrer/parlar com una noia”...
- **Judicis de valor i pressupostos de gènere o orientació sexual:** “actitud masculina”, “moviments femenins”, “tenir ploma”, “tenir pinta de lesbiana”...
- **Expressions i paraules sense correspondència en l'altre gènere:** “mala pècora”, “cavallerositat”...
- **Associar determinades professions o càrrecs únicament a homes o dones:** “els metges i les infermeres” (enlloc de personal sanitari), “la junta de directors” (enlloc de la junta directiva)...

## Recursos pel llenguatge inclusiu i no sexista

### EVITAR ESPECIFICAR GÈNERE SI NO ÉS NECESSARI

Sempre que el context ho permeti, si les persones que volem nombrar poden ser homes i dones, és preferible utilitzar formes inclusives neutres, genèriques, o despersonalitzades.

També és recomanable utilitzar mots com “classe”, “col·lectiu”, “comunitat”, “equip”, “població”... seguit de l'adjectiu que correspongui.



<b>Llenguatge sexista</b>	<b>Llenguatge inclusiu</b>
<b>Alcalde</b>	Ajuntament, alcaldia
<b>Assessors</b>	Assessoria, consell assessor
<b>Conseller</b>	Departament, conselleria, Consell
<b>Consultor</b>	Consultoria
<b>Degà</b>	Deganat
<b>Delegat</b>	Delegació
<b>Director</b>	Direcció
<b>El gerent</b>	La gerència
<b>President</b>	Presidència
<b>Regidor</b>	Regidoria
<b>Secretari</b>	Secretaria
<b>El vocal</b>	La vocalia
<b>Administrador</b>	Administració
<b>Polítics</b>	Classe política, personal polític, autoritats polítiques
<b>Administratius</b>	Personal administratiu, personal d'administració/ del departament administratiu
<b>Directius</b>	Personal directiu
<b>Funcionaris</b>	Funcionariat, cos funcional
<b>Els adolescents</b>	L'adolescència, la població adolescent, sector adolescent, grup d'adolescents
<b>Els joves</b>	Joventut, població jove, població juvenil, gent jove, el jovent
<b>Els alumnes</b>	L'alumnat, l'estudiantat
<b>Amics</b>	Amistats
<b>Animadors</b>	Professionals de l'animació Personal expert en/d'animació
<b>Coordinadors</b>	Equip de coordinació
<b>Professors</b>	Professorat, claustre, equip docent
<b>Formadors</b>	Personal formador, personal responsable de la formació

<b>Voluntaris</b>	Voluntariat, equip de voluntariat
<b>Socis</b>	Agrupació, associació
<b>Membres</b>	Agrupació, assemblea, comissió, col·lectiu, col·lectivitat
<b>Treballadors Empleats</b>	Personal, plantilla, equip
<b>Pares</b>	Famílies i/o responsables legals
<b>Fills</b>	Descendència
<b>Avis</b>	Gent gran
<b>Nens</b>	Infància, població infantil, menors, criatures, canalla
<b>Homes</b>	Gent, humanitat, població, gènere humà, éssers humans
<b>Ciudadans</b>	Ciudadania, població, societat
<b>Dones de la llar</b>	Treball de la llar, treball domèstic
<b>Metges</b>	Equip mèdic
<b>Veïns</b>	Veïnat (en un barri), comunitat (en un edifici)
<b>Polítics</b>	Classe política
<b>Tècnics</b>	Personal tècnic
<b>Tots</b>	Tothom, qualsevol persona, tota la gent. El conjunt de...

El tractament de vostè o vostès, i vos, en l'àmbit formal, ens permetrà dirigir-nos a persones, el gènere de les quals no coneixem, sense haver de marcar-ho.

Em plau convidar-lo/la

Ens plau convidar-vos

### Usar estructures impersonals

Per a referir-nos a persones indeterminades (i no a grups), farem servir:

- Pronoms o determinants neutres (qui/cada/qualsevol).
- Cal, s'ha de, és necessari...
- Estructures passives.

Llenguatge sexista	Llenguatge inclusiu
Seràn beneficiaris i beneficiàries d'aquest ajuts	Es beneficiaran d'aquest ajuts les persones que.../ l'alumnat que...
El sol·licitant ha d'omplir	S'ha d'omplir
Si esteu interessats	Si teniu interès,
Benvinguts/udes	Us donem la benvinguda
...qui serà el coordinador o coordinadora	qui coordinarà...
Tots els participants hauran d'aportar...	Cada participant haurà d'aportar

#### EXPRESSIONS DESPERSONALITZADES

En formularis i plantilles de documents és recomanable utilitzar expressions despersonalitzades.

En comptes de...	És preferible...
Sr. / Sra.	Nom
En/Na	Nom (i cognoms)
Destinatari	Destinació / A l'atenció de / persones destinatàries
El/la sol·licitant nascut/da a domiciliat a	Dades personals / Cognoms i nom. Lloc de naixement. Adreça/Domicili
Col·laboradors	amb la col·laboració de
El/la sol·licitant	Nom i cognom

<b>Nascut/uda a</b>	Lloc de naixement
<b>Domiciliat/ada a</b>	Domicili/amb domicili a
<b>Llicenciat/ada en</b>	Llicenciatura en
<b>Patrocinadors</b>	Amb patrocini de
<b>Redactors</b>	Equip redactor

En el cas dels formularis, utilitzarem barreres inclinades per separar la forma masculina de la femenina.

També podem fer ús de formes abreujades en textos breus, informals i esquemàtics: notes, llistes, taules, gràfics, anuncis, recollida de dades, fitxes internes, etc.

<b>En comptes de...</b>	<b>És preferible</b>
<b>Candidat</b>	Candidat/a
<b>Usuari</b>	Usuari/ària
<b>Administratiu</b>	Administratiu/iva
<b>Advocat</b>	Advocat/ada

#### FRASES I PERÍFRASIS

<b>En comptes de...</b>	<b>És preferible...</b>
<b>El congrés reunirà els i les alumnes, les professores i els professors</b>	El congrés reunirà la comunitat escolar / educativa El congrés reunirà l'alumnat i el professorat
<b>Estem compromesos</b>	Tenim un compromís
<b>Els assistents a l'esdeveniment</b>	El conjunt d'assistents a l'esdeveniment
<b>Hi va haver 25 assistents</b>	amb una assistència de 25 persones
<b>Els que pensen que</b>	Qui pensí que
<b>Els altres</b>	La resta de la gent, altres persones
<b>Ningú dels presents</b>	Cap persona

<b>Molts saben</b>	Com molta gent sap
<b>La persona que representi al president/a ha de presentar l'autorització d'aquest/a</b>	La persona que representi a la presidència ha de presentar-ne l'autorització

En molts casos es poden fer petites modificacions en la redacció (expressions impersonals, canvis sintàctics), fins i tot simplificar la redacció de la frase per eliminar la referència a les persones.

<b>En comptes de...</b>	<b>És preferible...</b>
<b>Cal decidir qui serà l'encarregat de l'activitat</b>	Cal decidir qui s'encarregarà de l'activitat
<b>Els veïns i veïnes interessats a renovar el DNI han de</b>	Per renovar el DNI cal...
<b>Estem molt agraïts pel suport que...</b>	Us agraïm el suport que

Quan ens referim a una persona indeterminada (i no a un grup), podem utilitzar NOMBRES INVARIABLES o GENÈRICS. O recórrer a les paraules persona més l'adjectiu corresponent, per evitar utilitzar el masculí genèric o per no haver de recórrer a les formes dobles.

<b>En comptes de...</b>	<b>És preferible...</b>
<b>L'usuari</b>	La persona usuària
<b>El soci</b>	La persona associada / sòcia
<b>Proveïdors</b>	Empreses o entitats proveïdores, o simplement 'proveïdores' (ja que són empreses, entitats, fàbriques, organitzacions... tots ells termes femenins en general)
<b>L'interessat</b>	La persona interessada
<b>El beneficiari</b>	La persona beneficiària
<b>Els adults</b>	Les persones adultes

**Els afectats**

Les persones afectades

## **Doble gènere - desdoblament**

Quan no funcionen o no es pot aplicar altres recursos de despersonalització o neutralització, utilitzarem amb moderació el desdoblament de gènere.

Quan fem servir denominacions dobles, per tal de facilitar la lectura del text, és recomanable utilitzar una única forma per als adjectius i pronoms que hi apareguin. La concordança s'ha de fer en masculí:

<b>En comptes de..</b>	<b>És preferible</b>
<b>El treballador encarregat o treballadora encarregada</b>	El treballador o treballadora encarregat
<b>L'usuari o usuària abonada</b>	L'usuari o usuària abonat

El desdoblament és necessari en les referències genèriques a professions, càrrecs o funcions o quan volem ressaltar que el missatge va dirigit tant a dones com a homes, per exemple, en la difusió d'ofertes laborals, o per a animar a dones i homes a accedir a àmbits que estiguin masculinitzats o feminitzats:

<b>En comptes de...</b>	<b>És preferible...</b>
<b>Oberta la convocatòria per a una plaça d'informàtic</b>	Oberta la convocatòria per a una plaça d'informàtica o informàtic;
<b>Les infermeres s'han reunit</b>	L'equip d'infermers i infermeres s'ha reunit...
<b>Vacant de tècnic en</b>	Vacant de tècnic o tècnica en

## DIVERSITAT SEXUAL I DE GÈNERE: COLECTIU LGTBI I ALTRES

La diversitat sexual i de gènere, va més enllà de ser home o dona o de ser o no heterosexual.

En el nostre llenguatge utilitzem expressions pejoratives per a qualificar persones del col·lectiu LGTBIQ+. Evitem-les.

Les següents definicions ens permetran utilitzar i referir-nos a aquest col·lectiu amb inclusió, respecte i adequació:

- **LGTBIQ+:** Sigles dels termes lesbiana, gai, trans, bisexual, intersexual i queer, a les quals s'afegeix el signe + per a al·ludir a la resta de diversitats sexuals i de gènere.
- **Gai:** Home que sent atracció sexual i afectiva per altres homes.
- **Lesbiana:** Dona que sent atracció sexual i afectiva per altres dones.
- **Heterosexual:** Persona que sent atracció sexual i afectiva per persones de l'altre sexe.
- **Homosexual:** Persona que se sent atreta pel mateix sexe.
- **Bisexual:** Orientació sexual dels qui senten atracció afectiva i/o sexual per més d'un gènere sigui el seu propi o diferent.
- **Asexual:** Persona que no se sent atreta sexualment per cap altre sexe.
- **Transgènere:** Persona el gènere de la qual no coincideix amb el seu sexe biològic assignat en néixer.
- **Cisgènere:** Persona el gènere de la qual coincideix amb el seu sexe biològic assignat en néixer.

- **Transsexual:** Persona que s'ha sotmès a un tractament hormonal o a una cirurgia de reassimilació de sexe per a obtenir l'aparença física del sexe oposat.
- **Pangènere:** Persona que s'identifica amb tots els gèneres simultàniament.
- **Pansexual:** Persona que se sent atreta per tots els sexes i gèneres.
- **Queer:** Persona que no és heterosexual o cisgènere. Rebutja ser classificada per les seves pràctiques sexuals o el seu gènere per a no limitar la seva experiència com a persona.
- **Homomaternitat:** Relació existent entre dues mares lesbianes o dos pares gais i els seus fills i filles derivada de la relació jurídica que comporta la filiació.
- **Drag Queen:** Home que es vesteix i maquilla de dona, amb intencions còmiques, satíriques o dramàtiques per a actuar en espectacles.
- **Demisexualitat:** Persona que només se sent atreta per aquelles persones amb les quals prèviament ha establert vincles emocionals.
- **Agènere:** Persona sense gènere i que no s'identifica amb cap.

## COMUNICACIÓ INCLUSIVA EN IMATGES/VÍDEOS

Les imatges, al costat del llenguatge escrit, són una de les principals vies de comunicació. Amb elles completem els nostres missatges i transmetem una sèrie de valors.



La combinació de tots dos elements (llenguatge escrit i visual) ha d'anar d'acord amb l'objectiu final de comunicar-nos de manera inclusiva i no sexista.

Per tant, en una societat cada dia més visual, hem de cuidar que les imatges mostrin el màxim de diversitat i que siguin accessibles per a tothom (amb subtítols, audiodescripció, etc). I cal mostrar la diversitat, no sols quant al sexe, sinó també quant a l'edat, l'ètnia, la “bellesa”, les diferents capacitats, els diversos models familiars, etc.

Les imatges deuran:

- No escenificar i amb això reproduir estereotips ni rols de gènere.
- Tenir presència equilibrada d'homes i dones i de nenes i nens.
- Cuidar el lloc de dones i homes en la imatge (centralitat, grandària, perspectiva).
- Mostrar a homes i dones exercint indistintament funcions en els àmbits tant privat com públic. Reproduir imatges de dones en primers plans i amb un paper actiu, situant-les també en espais d'oci, fora de l'àmbit domèstic.
- No sexualitzar els cossos. **Evitar la reproducció i perpetuació de l'objectivització, cosificació, hipersexualització de la dona.**
- Evitar l'ús de la figura masculina com a genèric que pretén representar a totes i tots.
- Representar als homes en llocs de treball i sectors feminitzats i viceversa.

- No frivolitzar amb la violència cap a les dones.
- **Elaborar dissenys el més “neutres” possible:** jugar amb els colors, icones, imatges... per evitar que s’identifiquin amb estereotips d’allò femení i allò masculí.
- Visibilitzar diferents gèneres.
- Que hi apareguin persones amb i sense discapacitat.
- Fomentar la intergeracionalitat. Visualitzar persones de diferents edats.
- Mostrar diferents cossos (incloent els no normatius).
- Fer servir imatges on apareguin persones de diferents ètnies.
- Representar diversitat de famílies i relacions afectives: homoparentals, sense descendència, monoparentals, etc.
- Visualitzar models de relació d'igualtat, cooperació i solidaritat entre homes i dones, d'orígens diferents, etc.
- Visualitzar persones de diferent classe social, evitant transmetre un model únic i imatges discriminatòries.

## ÀMBIT DEL TERCER SECTOR SOCIAL

A la següent taula us facilitem recursos per fer un ús adequat i inclusiu del llenguatge quan parlem especialment de l'àmbit del tercer sector social:

En comptes de...	És preferible...
Pares i mares	famílies
Parentalitat o marentalitat	Criança d'infants i joves
Relació paterno-filial o materno-filial	Relació intrafamiliar
Sector social privat	Tercer sector social
Infants vulnerables (la paraula "infants" inclou a nenes i nens menors de 8 anys)	Infants en situació de vulnerabilitat o en situació vulnerable
Personal professional i voluntari	Personal contractat i voluntariat (les persones voluntàries també poden ser persones professionals)
País ric	País desenvolupat
País pobre	País en desenvolupament o subdesenvolupat

Les següents definicions ens permetran utilitzar correctament els següents termes:

- **Diversitat:** Qualitat d'una societat d'estar formada per persones i col·lectius diferents amb relació a factors físics, genètics, culturals o personals.
- **Col·laboració vs cooperació:**  
En la cooperació, totes les persones han assumit el mateix objectiu, l'han fet seu; en la col·laboració no és necessari que tothom que hi col·labora tingui els mateixos objectius.

El nivell de compromís col·lectiu en la cooperació és molt més fort que en la col·laboració. La cooperació implica l'ajuda mútua desinteressada; mentre que el vincle de la col·laboració està sustentat, únicament, en un interès puntual compartit per les parts.

- **Pobresa:** La pobresa no és exclusivament una situació d'insuficiència o falta de recursos materials. És, d'acord amb Nacions Unides, una situació “que es caracteritza per la privació contínua o crònica dels recursos, la capacitat, les opcions, la seguretat i el poder necessaris per a gaudir d'un nivell de vida adequat i d'altres drets civils, culturals, econòmics, polítics i socials”.
- **Llindar de pobresa:** s'estableix com a llindar de pobresa el 60% del valor de la mitjana dels ingressos disponibles anuals equivalents de les persones. Els llindars de risc de pobresa de les llars dependran de la dimensió i composició de les llars.
- **Taxa de risc de pobresa:** reflecteix el percentatge de població que viu per sota del llindar de pobresa econòmica, es tracta de les persones que viuen en llars amb una renda inferior al 60% de la mitjana de la renda nacional.
- **Pobresa severa:** percentatge de persones que viuen en llars amb una renda total disponible equivalent inferior al 40%, al 50% i al 70% de la mitjana de la renda nacional disponible equivalent per a aquella llar.
- **Exclusió social:** resultat d'un procés dinàmic d'acumulació i combinació de factors diversos de desavantatge, vinculats a diferents aspectes de la vida personal, social, cultural i política dels individus. Les persones excloses socialment sovint es troben en situació de pobresa i desigualtat i no poden viure una vida equiparable a la de la resta de la població.
- **Situació de vulnerabilitat:** desconexió social, pèrdua de llaços socials i familiars que juntament amb una combinació variable de causes de desigualtat i marginació, acaben generant situacions que denominem d'exclusió.

- **Inclusió social:** Situació resultant de les accions adreçades a acceptar en la societat una persona o un col·lectiu en risc o en situació d'exclusió social, la qual cosa inclou la participació plena en la vida social, econòmica i cultural de la societat en què viu.
- **Integració social:** Procés d'adaptació cultural que comporta un ajustament mutu dels diferents grups i persones, a través del qual una societat s'organitza.
- **ODS:** objectius per erradicar la pobresa, protegir el planeta i assegurar la prosperitat del món.

  **OBJECTIUS DE DESENVOLUPAMENT SOSTENIBLE**



# BIBLIOGRAFIA

- **“Per construir un món més igualitari”**. Guia de comunicació inclusiva de l’Ajuntament de Barcelona.
- **“10 punts per visibilitzar les dones en el llenguatge”**. Guia d’ús no sexista del llenguatge de l’Ajuntament de Barcelona.
- **“Tractament informatiu de la immigració”**. Guia del Consell de l’Audiovisual de Catalunya.
- **“Tractament de la diversitat cultural en els mitjans de comunicació”**. Guia del Col·legi de Periodistes de Catalunya.
- **“El llenguatge inclusiu per a la diversitat”**. Guia de la taula per a la Diversitat en l’audiovisual (MDA).
- **Guia de definició de la Federació Estatal de Lesbianes, Gais, Transsexuals i Bisexuals (FELGTB)**.
- **“Ús del llenguatge inclusiu”**. Guia de la Confederació Espanyola de Persones amb Discapacitat Física i Orgànica.
- **“De llengua, diferència i context”**. Article sobre llenguatge no sexista de l’Institut Català de les Dones.
- **Acord sobre l’ús no sexista de la llengua**. Parlament de Catalunya, Generalitat de Catalunya, Universitat de Barcelona i Grup d’Estudi de Llengües Amenaçades.
- **“Guía para el uso no sexista del lenguaje”**. Guia de la Universitat Autònoma de Barcelona.



Per la construcció d'un món més  
just i igualitari