

[Narrador] Vamos conhecer pessoas que sabem usar sua criatividade e que transpõem barreiras do dia a dia para viver uma vida com mais coragem. Seus anseios e descobertas, dons e determinações, apesar das dificuldades. Vamos falar sobre pessoas, não sobre deficiências. Está no Ar Coragem de Ser.

[música calma – violão]

“Olha eu sei, não sou ninguém pra vir dando conselhos

Mas tudo que aprendi depois de tantos erros

É que o amor está bem dentro de ti”

[Ana Neri] Boa tarde para você na sintonia da Rede Aparecida de Rádio. Começa agora o programa Coragem de Ser. Um programa que entrevista pessoas comuns com vidas extraordinárias, ou pessoas extraordinárias que têm vidas comuns. Depende do seu ponto de vista. Então, vamos compartilhar histórias de vida com tudo que tem direito? Momentos alegres, tristes, às vezes, experiências boas ou ruins, superações, dificuldades, aprendizados. Aqui no Coragem de Ser nós conhecemos pessoas que sabem usar a sua criatividade, que transpõem barreiras do dia a dia para viver uma vida com mais sentido. Vamos conhecer também os anseios, as descobertas, os dons e determinação, acima de tudo, apesar das dificuldades. Quem não tem dificuldades na vida não é mesmo? Este programa é um convite para nos tornarmos mais abertos, coerentes e comprometidos também como cristãos e pessoas que participam, se preocupam e ajudam na construção de um mundo muito melhor.

[vinheta] Coragem de Ser... Leve Sabedoria.

[Marluce Botelho] Hoje no programa Coragem de Ser, vamos conversar com a Claudia Martin Nascimento, co-fundadora do Acesso para Todos e Moduli, especialista em acessibilidade digital e o Web Design. Ela trabalha com Web desde 1998. É vencedora do prêmio Nacional de Acessibilidade na Web Todos@Web. Ela integra o Grupo de Especialistas em Acessibilidade Web W3C Brasil. Será que esses ambientes virtuais são acessíveis? Mas acessível pra quem? Vamos conversar sobre isso. Cláudia, seja muito bem-vinda ao Coragem de Ser!

[Cláudia Martin] Boa tarde a todos que nos ouvem. Meu muito obrigada pelo convite. É uma alegria ter esse espaço aqui para falar sobre esse tema tão importante da acessibilidade digital.

[Marluce Botelho] Cláudia, vamos entender o que é web e acessibilidade digital? Explica para gente.

[Cláudia Martin] A Web é a famosa rede mundial de computadores. É um serviço oferecido na internet que disponibiliza informações para todas as pessoas. E a web evoluiu muito desde que ela foi criada. Hoje nós temos um imenso, um complexo conjunto de documentos de páginas web que estão interligados a partir dos links, que são sites, as redes sociais, as plataformas, os aplicativos web, e assim por diante. Hoje a Web é cada vez mais utilizada nas diversas áreas da nossa vida. Por exemplo, na comunicação, na educação, no comércio, na saúde, no acesso aos serviços públicos e privados, enfim. Por isso ela se tornou fundamental no nosso dia a dia. Eu vou dar um exemplo simples. Imagina uma escada. Essa escada pode estar disponível para todas as pessoas, mas nem todo mundo consegue usar essa escada. Uma pessoa cadeirante

uma pessoa com Parkinson, por exemplo, não vão conseguir subir por essa escada. Então, uma escada ela pode estar disponível, mas ela não é plenamente acessível. Esse conceito pode ser também transportado para o mundo digital. Se você tem uma imagem, se você tem um podcast, por exemplo, disponível na sua plataforma web e acessibilidade não for levada em conta, nem todos vão conseguir ter acesso as informações que esses conteúdos transmitem. Então, a gente pode dizer que é acessibilidade web e acessibilidade digital, num sentido mais amplo, permite que qualquer pessoa, independentemente das capacidades físicas, intelectuais, culturais, ou sociais que ela tenha, pode alcançar esses conteúdos, esses documentos, podem perceber esses conteúdos, compreender e interagir com esses documentos, com essas páginas disponíveis na Web, com segurança e autonomia. Essas são duas palavras bem importantes para acessibilidade: segurança e autonomia.

[Marluce Botelho] Muito bem, Cláudia. Estima-se que 25% da população tem algum ou até mais tipo de deficiência ou limitação. Quais as principais barreiras que existem nesse mundo digital que impedem as pessoas de trabalhar?

[Cláudia Martin] Sim, é isso mesmo. Mais de 45 milhões de pessoas, ou 24% da população no Brasil, possuem algum tipo de deficiência ou limitação funcional. Especificamente falando sobre o acesso à internet, a acessibilidade foi assegurada como direito do usuário que torna obrigatória a acessibilidade em qualquer site da internet, não apenas de órgãos de governo, mas de qualquer site mantido por empresas com sede ou representação comercial no país. Apesar disso, nós temos um dado de uma pesquisa chamada TIC Web, é uma pesquisa feita sobre as tecnologias de informação e comunicação, que diz que apenas 5% dos sites brasileiros são acessíveis e que cerca de 6 a 7% das 10 milhões de páginas de governo possuem hoje acessibilidade, que são atividades online se tornaram ainda mais importantes agora durante a pandemia.

[Marluce Botelho] Então por conta dessa pandemia mesmo, as pessoas começam a fazer lives de músicas, palestras, debates. Como é que os produtores têm avaliado isso e feito isso para o público com deficiência?

[Cláudia Martin] Eu tenho conversado com muitas pessoas. E eu tenho percebido uma certa dificuldade em tornar as lives realmente acessíveis. Principalmente pelas dificuldades tecnológicas atuais, como problemas de conexão e escassez de recursos também. Muitas pessoas já estão concluindo um intérprete de Libras. O que é razoavelmente fácil de fazer, já que você pode incluir pessoa intérprete como uma das pessoas na live e ela vai traduzindo a conversa. Já legendas para conversas ao vivo a gente não tem tantas opções assim. E as ferramentas geralmente não conseguem fazer uma tradução muito eficiente. Mas ainda assim é possível encontrar alguns recursos na web. E às vezes é melhor ter o recurso, mesmo que não seja 100%, do que não ter. A audiodescrição é mais comum de ser incluída depois que o vídeo gravado e disponibilizados na plataforma. Mas as pessoas que participam das lives podem se auto descrever antes de começar a conversa, dando referências visuais sobre elas, sobre as roupas que elas utilizam, etc, para que as pessoas cegas e com baixa visão tenham acesso também esses conteúdos visuais. Existem algumas plataformas e alguns aplicativos que começaram a oferecer esses recursos para fazer lives especificamente. Então tem algumas onde é possível você incluir legendas automáticas e Libras dentro das plataformas. Algumas

permitem até a inclusão da audiodescrição. Essas barreiras elas podem estar relacionadas tanto ao conteúdo que é postado, publicado, quanto também a estrutura com que o site, por exemplo, a plataforma é montada que pode ter sido feitas sem que a acessibilidade tenha sido levada em conta. Por exemplo, imagina que você disponibiliza um vídeo com audiodescrição, no seu site, para que as pessoas cegas consigam ter acesso mais completo a esse conteúdo. Mas essas pessoas não conseguem chegar até o vídeo, porque a navegação pelo teclado bloqueia o software que ela utiliza de leitor de tela. Então é como se esse vídeo nem existisse para elas. Outro exemplo, existem milhões de surdos no Brasil que acessam as informações de áudio e de vídeo a partir de alternativas de conteúdo como as legendas, das transcrições em textos e as traduções em Libras, que é a língua brasileira de sinais. Mas 80% dos surdos no mundo são analfabetos ou semi analfabetos no Português e dependem da Libras para se comunicar e obter informação. Então, se os vídeos, ou os arquivos de áudio na sua plataforma não possuem tradução em Libras, esse público vai encontrar também uma barreira de acesso.

[Marluce Botelho] Conte para gente sobre o Acesso para Todos e a Moduli. Como é o trabalho que vocês realizam para criar uma Web mais humana e inclusiva?

[Cláudia Martin] Bom, o Acesso para Todos surgiu há 8 anos como um projeto para oferecer o serviço de criação de sites com acessibilidade. E de lá para cá demanda foi crescendo a gente foi se especializando nesse tema e nós fomos vendo a diferença que esse trabalho fazia na vida das pessoas em geral, inclusive dos nossos clientes que não tinham interesse particular nesse tema. Hoje o Acesso para Todos funciona como uma empresa de tecnologias web que tem um grande catálogo de serviços voltados para acessibilidade. Então a gente cria projetos completos de ambientes web acessíveis como sites, blogs, plataformas, etc. Nós também prestamos consultoria de acessibilidade web para qualquer tipo de empresa e profissional. Nós temos um serviço de assessoria que é um trabalho contínuo de acompanhamento das páginas, dos conteúdos da empresa, para garantir a manutenção da acessibilidade também. Além desses serviços, nós também temos feito um trabalho de conscientização sobre o tema da acessibilidade web através de palestras e workshops. Por exemplo, nós fomos convidados para falar na Universidade Federal Fluminense no Rio de Janeiro, na Defensoria Pública de Goiás, no Link, que é um grande evento de acessibilidade da Hand Talk, chamado Link Summit de Acessibilidade Digital, no Digital Day da Unilever. Enfim, são vários eventos que a gente vem participando. E nós criamos uma plataforma CMS própria chamada Moduli que tem um sistema de gerenciamento de conteúdo. Então o cliente pode atualizar o site de uma forma bem fácil, autônoma e já com acessibilidade.

[Marluce Botelho] Cláudia Martin, nós agradecemos muito sua participação aqui conosco, no Coragem de Ser, nesse momento de Leve Sabedoria. Deixa para gente aí um pouquinho de como as pessoas podem te encontrar nas redes sociais.

[Cláudia Martin] Bom, para quem quiser ficar em contato com a gente, nós temos perfis do Acesso para Todos no Instagram é @acessoparatodos. Também no Facebook facebook.com/acessoparatodosweb e também no LinkedIn: linkedin.com/Company/acessoparatodos. Eu tô à disposição. Podem me procurar. Vai ser um grande prazer receber vocês. E novamente agradeço muito obrigada mesmo por essa oportunidade. E muito sucesso para vocês também.

[vinheta] Coragem de Ser, para falar de pessoas e não de deficiência.

[vinheta] Coragem de Ser ... Entrevista.

[Ana Neri] E hoje neste sábado lindo, que Deus preparou para cada um de nós, no nosso programa Coragem de Ser temos o prazer de conversar com a Rebeca Costa. E quem é a Rebeca? Ela é advogada, modelo, blogueira de moda e influenciadora digital. Essas são uma das funções dela, das qualidades de tudo aquilo que ela faz, mas tem muito mais. Nós vamos conversar um pouco sobre como a moda pode ser adaptada para todo mundo. E também como ela divulga o seu trabalho nas redes sociais. É bastante curioso é muito interessante mais uma história que vem para somar aqui no programa Coragem de Ser. E que eu tenho certeza que você vai ficar encantado e vai despertar algo muito bom no seu coração também é em relação ao seu propósito de vida. E antes de chamar a Rebeca, eu quero aproveitar e mandar um abraço, sabe para quem? Para Dona Lazarina. Esses dias eu tava aqui na redação, no meu setor de jornalismo, atendi o telefone e quando eu disse meu nome Ana Neri, ela falou assim: “Ana Neri, você que apresenta o programa Coragem de Ser! Eu escuto todos os sábados. E eu fico muito feliz com você, com a Marluce, com a Flávia, com todo mundo que participa do programa. Eu fiquei muito feliz quando esse programa entrou na rede. Eu não enxergo, sou deficiente visual, e fiquei viúva há pouco tempo. Meu esposo também era deficiente visual. E eu tenho um carinho muito grande por toda a programação da Rede Aparecida. E eu estou encantada com o programa Coragem de Ser”. Então, Dona Lazarina, um abraço muito carinhoso, gigante para senhora. É muito bom ter a sua sintonia, a sua companhia. Agora sim nós damos start ao nosso bate-papo com a Rebeca Costa. Rebeca, seja muito bem-vinda ao nosso programa Coragem de Ser. Uma alegria receber você aqui conosco.

[Rebeca Costa] Oi, gente! Muito obrigada pelo convite. Estou muito feliz de estar aqui! Muito feliz mesmo pelo convite! Obrigada pela oportunidade. E só tenho agradecer.

[Ana Neri] E os nossos ouvintes, eu também Rebeca, com certeza desejo muito saber assim nós apresentamos um pouquinho aqui você agora pouco. Falei um pouco das suas qualidades e de tantas funções que você realiza, mas ouvir de você: quem é a Rebeca neste pedacinho de mundo?

[Rebeca Costa] Eu me chamo a Rebeca Costa. Eu tenho 27 anos. Sou formado em Direito. Em 2015 idealizei um projeto chamado Look Little nas redes sociais, que fala de autoestima, que fala de empoderamento feminino. E eu sou modelo. Sou formada em direito trabalho, na área. Tenho duas irmãs incríveis. Sou escritora, palestrante. E sou muito feliz. Sou niteroiense.

[Ana Neri] E como é ser formado ao mesmo tempo em direito e ser também blogueira de moda? Como essas duas áreas surgiram na sua vida? Conta pra gente.

[Rebeca Costa] São coisas totalmente divergentes né? É o Direito sempre foi minha paixão desde muito nova. Eu tenho um tio que é delegado. E ele sempre me impulsionou a ir em busca dos meus direitos. Eu sempre tive uma paixão muito grande. E eu gosto muito dessa área. O blogueira de moda, na verdade, foi um impulso quando em 2015 eu fiquei redes sociais estavam literalmente sem conteúdo algum para pessoas com deficiência. Tava sem inspiração. Fazendo com que meninas com nanismo, mulheres com embasamento deficiente,

não se encontravam, não se achavam nesse meio. E com isso elas se achavam excluídas. Então foi uma forma de dar uma luz para elas e mostrar que a gente pode ser bonita, a gente pode se arrumar, a gente pode se cuidar e que a nossa beleza ela não é determinada por centímetros a mais, de números a mais. Nós somos aquilo que nós refletimos o que temos dentro de nós. Então, eu junto o nanismo e o Direito muitas vezes quando se fala de políticas públicas, quando se fala de Direito. Desmistificar o nanismo. Foi trazer para internet e pro mundo a fora o que é ser nanismo de fato. O que é ter nanismo. Como é um olhar por uma perspectiva diferente daquilo que se falava através do fetiche, através do humor, através do vitimismo. Eu quis mostrar o nanismo de uma maneira positiva, de maneira real. Não é que eu negue as lutas que o nanismo me proporciona. Mas eu mostro nas redes sociais as lutas que o nanismo me proporciona, mas também mostro a solução e como é gostoso você saber quem você é de verdade. Porque eu não falo de aceitação, mas falo de reconhecimento, de você saber quem você é, ainda que haja muita luta. Então, quando você sabe quem você é de verdade, você expõe isso na rede social de maneira que você se blinda para todos os haters, para todos os comentários negativos. Os meus trabalhos eu faço de maneira com que atinja os públicos não só de pessoas com deficiência, mas com pessoas que buscam de alguma maneira retomar para uma identidade, que às vezes um preconceito, um olhar padronizado a fez perder. Então é uma ferramenta que você tem que saber muito usar, na minha opinião. Então a internet ou ela pode ser aliada ou ela pode te dar um tiro e matar você por inteira.

[Ana Neri] Rebeca, a gente tem enfrentado um período difícil, esses tempos de pandemia, de novo coronavírus, de distanciamento social. Como o tecido para você? Como você tem se adaptado para trabalhar e continuar nas suas atividades? Você tem sentido assim alguma mudança de comportamento das pessoas com quem você se relaciona?

[Rebeca Costa] Eu trabalho numa empresa de energia. Eu tenho estado em Home Office desde o começo da pandemia. Eu tenho percebido muito como a gente teve que se reinventar a cada tempo. Eu aprendi a valorizar o contato físico. Valorizar principalmente meus pais, que muitas vezes eu me afastava na no meio da correria. Chegava cansado do trabalho. Eu tenho retomado muito meu laço com os meus pais. Tenho valorizado muito esse tempo com eles. Eu tenho sentido que as pessoas estão valorizando mais a essência, do que o lado externo. Tenho percebido que sentimento, princípios, têm sido renovados, uma vez que tudo foi tirado de repente. Eu vou dar muito mais valor a minha liberdade, a minha família, aos meus princípios e aos laços que eu crio. Por que muitas vezes os nossos laços podem ou nos enforcar ou nos firmar. Então é sempre bom refletir: qual laço que a gente tem criado?

[Ana Neri] E depois de tantas experiências, Rebeca, conta para nós, para os nossos ouvintes, uma grande realização da sua vida?

[Rebeca Costa] Tudo para mim uma realização. Eu acho que desde que eu nasci, para mim já é uma realização. Meus pais sempre me ensinaram comemorar tudo. Porque eles sempre me ensinaram que a vida é um presente. E a cada obstáculo vencido, a cada degrau que eu subi, era motivo de comemoração desde muito nova. Então vários fatos marcantes, mas a minha vida é um presente, é uma grande realização. Agradeço a Deus todos os dias. Mas fatos marcantes na minha vida é meu projeto Look Little. Eu ter me formado em Direito. Eu ter conseguido andar. Eu tive dificuldade de aprender andar com 3 anos. Eu lembro que minha

mãe comemorou muito quando eu aprendi andar. E fatos externos marcantes foram que eu fui modelo do São Paulo Fashion Week. Eu desfilei a convite da Free Free da Yasmine Sterea. Fui Embaixadora do Nick Vujicic no Brasil. E hoje sou diretora de projetos da ANABRA, Associação de Nanismo do Brasil. E isso é um presente que a Flávia Hoffmann e a Kênia Rios me deram.

[Ana Neri] Esse é o momento do nosso bate-papo, que particularmente eu gosto muito, que é... vou te explicar, Rebeca. Dizem que quando nós calçamos o sapato do outro, nós conseguimos perceber então o seu ponto de vista. Bom, se alguém fosse calçar os seus sapatos, sapatos da Rebeca, como seria esta pessoa?

[Rebeca Costa] Seria uma pessoa em que enxergariam uma perspectiva diferente, sentiria por uma perspectiva diferente. Teria que todos os dias ter que se reconhecer para enxergar o seu valor. Acho que é delicioso ser. Teria que se readaptar diariamente em um mundo que não é nem um pouco adaptado. Veria olhar através de uns centímetros a menos, mas com um amor muito mais profundo, igualitário e sentimental. Tenho nanismo. Tenho 27 anos. E vim ao mundo para desmistificar o meu nanismo, para desmistificar tudo aquilo que um dia pensaram que um diagnóstico poderia ser. Eu vim para trazer uma nova perspectiva de olhar para o nanismo. A minha deficiência é o meu propósito. Diverge muitas situações. Diverge muitos laudo. E diverge muitas opiniões da mídia, da sociedade. Mas eu sou uma menina muito sonhadora, que conquista o mundo afora, através disso, de um olhar, de uma nova perspectiva de olhar tanto as coisas, como se olhar também, de me olhar. Eu trago para mim numa nova perspectiva de mostrar o nanismo de vertentes diferentes do que a mídia e a sociedade maqueiam. Então eu vim ao mundo para ser feliz.

[Ana Neri] Rebeca, eu estou encantada com a sua história, com tudo que você acabou de partilhar aqui comigo, também para os nossos ouvintes. Sabemos que a programação da Rede Aparecida é não é só aqui para região do Vale do Paraíba, é além Brasil, pela internet, por aplicativo, além-fronteiras. Quantos lugares do mundo, quantos países, nos acompanham também. Então eu gostaria que você partilhasse aqui conosco, antes de encerrarmos este bate-papo delicioso, como os nossos ouvintes podem encontrar você nas redes sociais.

[Rebeca Costa] Eu tô nas redes sociais através do Instagram e do Facebook. É Look Little. L-O-O-K L-I-T-T-L-E . Lá você encontra conteúdo sobre nanismo de forma positiva, de empoderamento feminino, de autoestima e sobre reconhecimento. Lá eu compartilho um pouco do meu dia a dia. Compartilho textos e muito conteúdo legal. Eu respondo diariamente. Faço enquetes, trocas. Então vai ser muito gostoso ter você lá. Se você tiver curiosidade e querer ser saber mais, convido você me conhecer através das redes sociais e trocar um pouquinho nesse calor, que infelizmente agora só pode estar nas redes sociais. Mas espero que a gente possa se conhecer um dia. Um beijo e obrigada!

[Ana Neri] Rebeca, estou encantada! Para mim foi uma alegria imensa conhecer um pouco da sua história, que é encantadora. Com certeza para os nossos ouvintes também. E a cada sábado o programa Coragem de Ser ele vem e nos surpreende com histórias marcantes de pessoas que na sua realidade conseguem fazer com que o mundo seja um pouquinho melhor. Isso é fato. Você que está nos acompanhando. Às vezes, a gente espera tanto dos outros, que os outros façam, mas e quanto a mim? O que que eu posso fazer um pouquinho mais, como eu posso me dedicar um pouquinho mais para que o mundo seja melhor, seja um lugar de mais

paz, de mais amor, de mais fraternidade, um mundo mais justo. Não espere só dos outros. Comece você também hoje, por que não a fazer a diferença? Então, Rebeca, muito obrigada! Você fez a diferença aqui conosco. Você faz a diferença! E muito obrigada por ter aceitado nosso convite e participar conosco aqui no Coragem de Ser. Então grande abraço. Tudo de bom para você.

[Rebeca Costa] Obrigada!

[vinheta] [café desaguando] Coragem de Ser... Só um Cafezinho.

[Flávia Machado] No quadro “Só um cafezinho” de hoje vamos falar sobre casas e apartamentos acessíveis. Mas se você pensou que isso é papo somente pra pessoas com deficiência, vou te contar que não é não. Pensa aqui comigo, geralmente quem compra uma casa ou um apartamento irá morar por muitos anos nesse lugar, não é? Pois bem. Imagina só que ao longo desses anos, você provavelmente receberá seus pais idosos, ou tios e tias idosos, amigas grávidas. Até mesmo você poderá envelhecer morando nesse lugar. Ou, por algum acidente da vida, você poderá ter que usar muletas ou cadeira de rodas durante alguns meses. Todas essas pessoas, inclusive você, terão muito mais segurança e autonomia se a casa for acessível. Então, por que não exigir um apartamento acessível quando você for lá na construtora? Ou pedir para o arquiteto que está fazendo o projeto da sua casa, já prever as medidas das portas necessárias para uma cadeira de rodas passar? E já existe uma lei que fala sobre a necessidade dos novos condomínios já serem acessíveis, nas áreas comuns, por exemplo, e que as construtoras devem oferecer moradias acessíveis, sem nenhum custo adicional para quem está comprando. Assim, além do primeiro morador já poder usufruir da acessibilidade, os futuros moradores também poderão se beneficiar dessa acessibilidade, caso esse apartamento seja vendido. E você já pensou que aquelas barras de ferro presas às paredes em banheiros acessíveis não servem somente para cadeirantes? Elas também podem ser usadas por pessoas idosas, ou por cuidadores de pessoas idosas, para dar mais segurança na hora de tomar banho, por exemplo. Mas isso é papo pra outro café, porque esse daqui ó... já acabou. Eu sou Flávia Machado, mulher branca, de cabelos castanhos cacheados acima dos ombros, olhos castanhos e estatura mediana. Hoje, vestindo casaco preto sobre blusa preta, calça e bota pretas. A gente se encontra no próximo ...

[vinheta] ... Só um Cafezinho.

[Ana Neri] E nós terminamos esse Coragem de Ser aqui na Rede Aparecida de Rádio com a sensação de que na nossa vida simples podemos ser extraordinários e viver com mais sabedoria. E se você quiser nos contar a sua história manda para gente uma mensagem pelas redes sociais usando @RadioAparecida. Você encontra a gente tanto no Instagram, quanto no Facebook. E aqui no Coragem de Ser pelas ondas da Rede Aparecida de Rádio nos encontramos no próximo sábado, depois da Consagração a Nossa Senhora, às 3:15 da tarde. Um grande abraço e até lá!

[música calma – violão]

“Tente pensar no amor

E aprender com a dor

Se é pra recomeçar,

*Que seja como for
Não tem receita
Tudo se ajeita
Deixa o amor entrar devagar”*

[Narradora] A Rede Aparecida de Rádio apresentou Coragem de Ser, que volta no próximo sábado às 3:15 da tarde.