# Cartilha de Mentoria Inclusiva

Esta cartilha foi criada para apoiar mentores da Atitude Infinita no exercício de uma mentoria mais inclusiva, empática e transformadora. Ela reúne práticas essenciais para promover equidade e respeito à diversidade em todos os encontros.

## 🌍 Princípios da Inclusão na Mentoria

- Reconheça e valorize as diferenças como potência.

- Trate com equidade, não com igualdade: cada jovem tem uma jornada única.

- Pratique escuta ativa, sem julgamentos ou suposições.

- Esteja atento ao seu próprio lugar de fala e privilégio.

- Busque aprender continuamente sobre contextos sociais e culturais diversos.

## 🧠 Neurodiversidade e Inclusão de Pessoas com Deficiência

- Use linguagem clara e acessível.

- Respeite o ritmo e as formas de comunicação de cada mentorado.

- Evite infantilização ou superproteção.

- Confirme se há necessidades de acessibilidade e adapte-se sempre que possível.

- Tenha empatia: escutar sem tentar consertar já é um grande passo.

## 🚫 O que Evitar

- Presumir o que o outro sente ou precisa.

- Fazer comentários ou piadas sobre diferenças (raça, gênero, religião, deficiência etc.).

- Comparar trajetórias ou minimizar dificuldades.

- Tomar a frente das decisões do mentorado.

## 🤝 Postura do Mentor Inclusivo

- Pergunte antes de ajudar.

- Ofereça apoio, mas preserve a autonomia do mentorado.

- Valorize conquistas pequenas e reconheça o esforço.

- Amplifique a voz do mentorado, sem substituir sua fala.

## 📌 Conclusão

A mentoria inclusiva é um exercício constante de empatia, curiosidade e respeito. Ao adotar essas práticas, você amplia o impacto da sua mentoria e contribui para um mundo mais justo e acolhedor.