

PERCURSO CIDADÃO : DO SONHO À AÇÃO





•Editorial	4
•Apresentação ESSOR	5
•Apresentação dos parceiros	6
•Introdução	7
•Metodologia	8
•Ferramentas	18
•O percurso cidadão	38
•Fichas temáticas do mês 1 : ‘Ser e conviver’	40
•Fichas temáticas do mês 2 : ‘A minha adolescência ’	63
•Fichas temáticas do mês 3 : ‘Saúde e prevenção’	98
•Fichas temáticas do mês 4 : ‘Minha comunidade’	137
•Fichas temáticas do mês 5 : ‘Meu projeto de vida’	172
•Conclusão	192
•Caixa de ferramentas	193

EDITORIAL

Aqui se fala de adolescência, lá é outro termo, ritos de passagem, iniciações...

O termo dado não importa, a anatomia e a psicologia vêm nos lembrar que Sim, existe um período de transição... transição necessária e útil, da infância para a idade adulta... Transição chamada pela psicanalista Françoise Dolto «O complexo da lagosta». De fato, como a lagosta, que, para crescer, deve passar por uma mudança que a torna particularmente vulnerável, o jovem também, para ir da infância para a idade adulta deve passar por um período sensível.

1 pessoa sobre 5 faz hoje no mundo parte dessa faixa etária. 85 % dos adolescentes e dos jovens vivem nos países em desenvolvimento. Por isto a urgência do interesse!

Como foi a nossa adolescência, nós que já passamos por ela...

Calma... calma demais? Rebelde... rebelde demais? Normal... normal demais? Feliz, sofrida, arriscada, disciplinada, em grupo, isolada... seja qual tenha sido a situação, ela certamente marcou a sua vida. Nesta época, será que nós encontramos o apoio, as orientações, a compreensão, os incentivos que nós esperamos? A juventude é a idade de todas as possibilidades. Transformação, energia excessiva, comportamentos arriscados, música, sonho, amigos... nos sentimos bonitos, nos sentimos feios, sentimos tudo muito forte. Amor, amizades, tristeza, estar em companhia, estar sozinho... Liberdade, potência máxima, sede de independência e ao mesmo tempo é tão dependente.

A juventude é uma idade muito bonita, mais fácil em alguns contextos que em outros... mas isto não depende unicamente das condições de vida... O adolescente, como dizia Françoise Dolto da qual a obra regou o nosso trabalho, a adolescência vem dar destaque e «fazer viver» valores que são verdadeiramente humanos e isto é, sem dúvida, importante e essencial para se interessar! Generosidade, Intensidade (sentimos tudo tão forte!), Liberdade, Ajuda mútua... Em uma palavra e mesmo se não está mais na moda, pouco importa, é um certo ideal desta idade.

Nós trabalhamos juntos todos esses anos com a equipe **ESSOR** e com os jovens e aprendemos muito com eles durante esse tempo.

Sem cair no sentimentalismo, pois nem tudo é possível e há fases onde não se pode mudar grande coisa num destino humano, os testemunhos dos jovens, o engajamento dos educadores e das associações parceiras no Sul com as quais nós tivemos a grande felicidade de trabalhar, nos orientaram a compartilhar com vocês um pouco desse caminho. E talvez, suscitar a vontade de juntar se como uma «bola de neve» até mesmo com um clima tropical!

Que felicidade de fato quando, após muitos anos, depois de ter participado de atividades de um projeto, este jovem encontrado na periferia de um grande centro urbano Brasileiro afirma :

«Sinceramente, se não tivesse havido o projeto hoje, eu não sei onde eu estaria, mas eu sei que eu estaria mal e sem dúvida seria um marginal.»

E muitos nos dizem também : «Mas porquê estas atividades não continuam hoje? Eu estou bem, mas tem os outros, meus irmãos, meus primos(as). O que vocês fazem?»

Sim, tem muito o que fazer e empreender. Os jovens estão aqui, eles têm sede de futuro e nós uma grande vontade de confiar e de aprender junto com eles!

Boa leitura, mas, sobretudo, do 'Sonho á Ação', bom aproveitamento no terreno!

Ariane Delgrange,
Adjunta de Direção ESSOR

¹Françoise DOLTO (1908 -1988): pediatra e psicanalista francesa, figura emblemática da psicanálise da infância.

²Ver a lista dos parceiros Página 4.



APRESENTAÇÃO ESSOR

► **ONG de Solidariedade Internacional desde 1992**

Missão :

Ajudar as populações mais desfavorecidas a adquirir os meios de melhorar de maneira sustentável suas condições de vida.

3 sectores de intervenção

1/ A educação...

► *Porque ela é a chave de um bom início de vida!*

ESSOR implementa :

- Para as pequenas crianças : pré escolar e ações de socialização precoce.
- Para as crianças e famílias em situação de risco social : locais de atendimento, de aprendizagem e socialização.
- Para os adolescentes : actividades culturais, esportivas e de educação à cidadania.

2/ A formação e inserção profissional...

► *Porque encontrar um trabalho dá um novo futuro ao Homem e ao seu país.*

ESSOR implementa :

- Formações profissionais adaptadas ao mercado do emprego local.
- Balcões de emprego nos bairros desfavorecidos.
- Acompanhamento personalizado : inserção profissional e apoio à criação de micro empresa.

3/ O desenvolvimento rural...

► *Porque viver dignamente do trabalho da sua terra é um direito fundamental.*

ESSOR implementa :

ações de formação e experimentação que permitem aos agricultores e ás agricultoras :

- Melhorar a sua produção agro pecuária preservando o meio ambiente.
- Adquirir novas competências para poder adaptar-se às variações climáticas, às evoluções dos mercados e às necessidades alimentares locais.

Ação :

Implementar, em parceria com associações locais, projetos de desenvolvimento nas 3 áreas de intervenção :
- Educação
- Desenvolvimento rural
- Formação-Inserção Profissional.

*Destaque : **ESSOR** organiza trocas de experiência entre os países.*

ESSOR em 2013 :

- Cerca de 20 projetos de desenvolvimento.
- 65 000 beneficiários diretos.
- Uma equipe de 20 pessoas, na sede e no campo de atuação.
- Voluntários engajados.
- 3 milhões de Euros de orçamento anual (65 % de fundos públicos, 35 % de fundos privados).
- Cerca de 20 parceiros locais.
- Mais de 25 parceiros técnicos e financeiros.
- Custos de funcionamento inferiores a 12 %.

● APRESENTAÇÃO DOS PARCEIROS

ACOMVA

ADEIS

AMAZONA
Associação para a prevenção da AIDS, criada em 1998

ASDP
Associação Social Diocesana de Patos, criada em 1956

GACC
Grupo de apoio as comunidades desfavorecidas do Ceará, criado em 1985.

GACC MA
Grupo de apoio as comunidades desfavorecidas do Maranhão, criado em 1987.

Na Guiné Bissau :

Alternag
Associação da Guiné Bissau de Estudos e Alternativas, criada em 1991.

Em Moçambique :

Amdec
Associação moçambicana para o desenvolvimento concertado, criada em 2003.

Amparo
ONG moçambicana, criada em Beira, em 2011.

No Chade :

Université Populaire
ONG do Chade, criada em junho de 1994,
por jovens para uma participação cidadã no desenvolvimento.



● INTRODUÇÃO

Se fala e se escreve bastante sobre a juventude e os adolescentes, mas finalmente pouco é realizado com e para os adolescentes.

Nos países do sul, milhões de jovens se encontram fora do sistema escolar (abandono ou atraso muito grande), sem atividade, sem um real apoio nem estrutura para acompanhá-los frente às perspectivas tanto humanas que profissionais mais que limitadas. Sabemos quanto a fragilização e a falta de consideração dessa faixa etária constituem um real perigo para a paz, a segurança e o respeito dos direitos humanos.

Público um pouco «esquecido» dos programas de desenvolvimento que preferem investir nos menores de 10 anos. Esta lacuna constitui uma potencial «bomba de atraso» para o futuro...

É crucial investir na adolescência, como afirma o relatório da Unicef sobre a situação das crianças no mundo, em 2011. Não podemos permanecer indiferentes face a esses bilhões de adolescentes no mundo que têm seus direitos fundamentais à educação, à saúde e à protecção violados e vivem na maioria do tempo esquecidos no ciclo vicioso da pobreza e da injustiça.

Este manual é destinado às associações, animadores, educadores, professores... e a todos aqueles que trabalham de perto ou de longe com e para os adolescentes. Nós esperamos que eles possam descobrir algumas pistas através de uma pedagogia inovadora bem como ferramentas pedagógicas que permitem abordar temas úteis aos adolescentes para sua vida adulta futura e isto, de forma lúdica, através de diferentes tipos de abordagem (teatro, dramatização, arte gráfica, etc...) que convidam o jovem a buscar apoio no grupo e apoiar se no que ele já sabe e tem vontade de aprofundar para se tornar ator da sua vida e da sua própria aprendizagem.

«Libertem o potencial da criança e você transformará o mundo com ele»

Dr. Maria Montessori, pedagoga italiana conhecida pela metodologia que leva o seu nome (1870-1952)

- Um percurso de 5 meses
- Adolescentes de 14 a 18 anos repartidos em grupos de 20 a 30
- Animadores formados em contínuo e acompanhados
- Oficinas lúdicas e dinâmicas
- Acompanhamento do projeto de vida – mini curso profissionalizante
- Em parceria com ONG, associações locais, poderes públicos, Escolas, Universidades, famílias e jovens
- De acordo com a metodologia «Child to Child»

- Propor ideias para um bom início na sua vida
- Facilitar a plena realização dos jovens
- Ajudar os jovens a tornar-se atores de mudança na sua comunidade.

8

9

Porque a ESSOR acha essencial trabalhar com os adolescentes e os jovens ?

Eles são vetores de mudança no seio das comunidades.

- Compartilhar valores positivos.



Objetivo número 3 dos Objetivos do Milénio para o desenvolvimento : «Igualdade entre os sexos e a autonomia das mulheres».

No Brasil	17 %
Na Guiné Bissau	23 %
No Chade	23 %
No Moçambique	23 %
Na França	12 %

²Dados UNICEF 2010 para os jovens de 10 a 19 anos

► Os Atores do percurso cidadão

ESSOR e os que nos oferecem sua CONFIANÇA

► As diferentes atividades e oficinas propostas

Volume horário
semanal : 12 a 15h
mensal : 54h
percurso total : 275h

Plano semanal :

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
Manhã 9h-12h	Planificação semanal (animador)	Oficina temática 1	Visita externa	Atividade multiplicadora	Oficina temática 2	Atividade esportiva
Tarde 16h-19h				Visita ao domicílio da família pelo animador	Troca de experiência entre anima- dores da rede	Atividades culturais e recreati- vas com os jovens dos cursos anteriores

► As oficinas temáticas

Frequência : 2 x por semana

Para atender a sede de saber.

As oficinas temáticas permitem tratar com os jovens vários temas do interesse deles e sobre os quais eles aspiram saber mais, mas que não são abordados no sistema educativo. Exemplos :

- A adolescência
- As relações de género e inter-familiais
- Os direitos e deveres dos cidadãos
- Questões de sexualidade e a conscientização dos jovens sobre seus direitos em matéria de sexualidade.
- O HIV/Sida, as DST, a saúde reprodutora
- A prevenção das violências (como as contra as mulheres e sobre as práticas nefastas tais como as mutilações genitais femininas)
- A proteção do meio ambiente.
- A cultura da paz.

O fato de compartilhar com os outros, situações difíceis mas frequentes e as vezes normais no contexto local permitirá de reduzir o sentimento de isolamento, de melhorar a auto estima e a capacidade de comunicar dos jovens.

Intervenientes exteriores sobre alguns temas vêm enriquecer o debate ou trazer esclarecimentos, por exemplo sobre a saúde, a justiça, o meio ambiente ;

As oficinas práticas completam as oficinas temáticas e permitem aos jovens de se expressar de uma maneira criativa com a realização de ilustrações, painéis, cartazes, peças de teatro... sobre o tema do mês. Estas ferramentas criadas pelos jovens servirão na multiplicação de conhecimentos.

É importante facilitar os deslocamentos dos jovens na sala durante as dinâmicas de grupo, e permitir anotações sem que a sala tenha um aspecto muito escolar. As cadeiras são arrumadas na maioria das vezes em forma de U para facilitar as trocas entre todos os jovens e o animador. O encontro inicia sempre por um jogo e pela escolha do seu líder do dia, que vai

Testemunho de uma mãe :

É importante porque o que minha filha aprende durante o projeto vai ajudar na sua vida e isto a escola não ensina...

► As atividades multiplicadoras de conhecimento

Frequência : 1 x por mês

Porque é bom compartilhar o que nós aprendemos.

Atividades nas quais o próprio jovem se torna ator e «multiplica» seus conhecimentos junto de outras pessoas nas escolas, no bairro, na comunidade. As atividades «multiplicadoras» são realizadas por e com os jovens encima de cada tema. Isto permite ao jovem de ser ele mesmo ator e multiplicador no seio de sua comunidade, assim como permite também a outros jovens de aproveitar dos percursos cidadãos. Isto se faz através de abordagens variadas : eventos comunitários, apresentações teatrais, leituras de poemas originais, danças tradicionais, exposições de cartazes ou de fotos, publicações, emissões de radio... e sobre temas diversos (direitos e deveres de um adolescente e de um cidadão, saúde, prevenção da violência...). Esta abordagem, «Criança para criança» que funcionou traz reais mudanças de comportamento.



Abordagem «Criança para Criança» no centro da nossa metodologia

O jovem é valorizado ensinando ele mesmo a outro jovem, ele ganha confiança em si mesmo e é encorajado à tornar-se um cidadão ativo no seio de sua própria comunidade.

► As visitas externas :

Frequência : 1 x por mês

Para atender o desejo que o jovem tem de sair e tecer laços sociais.

O jovem deseja sair! As intervenções externas acontecem seja por visitas/encontros, seja pela vinda de um interveniente sobre o tema do mês. Exemplo : visita à Universidade, à Liga dos Direitos Humanos, ao centro de planejamento familiar, centro de teste do HIV, Rádio...

No que se refere ao tema relativo ao projeto de vida, ele é abordado durante o último mês através de visitas externas efetuadas pelos jovens. A oficina «descoberta do mundo do trabalho» permite deste modo aos jovens descobrir um conjunto de profissões que eles nem imaginam e as quais podem aspirar. Trocando ideias directamente com profissionais, os jovens evoluem na formulação, concretamente, de seus projetos de vida. Esta sensibilização pré-profissional os permitirá também compreender mais o mercado do trabalho.

Corrida de orientação nos bairros



Uma atividade de corrida de descoberta do bairro «Bairro Militar» foi organizada em Guiné Bissau com o apoio de uma voluntária e de animadores das associações locais. 80 jovens participaram ! A corrida continha 10 etapas simbolizando diferentes lugares importantes da vida do bairro : escola primária, igreja, mesquita, mercado, quadra de esportes, jardins hortas comunitárias, posto de polícia, lugar de culto animista (Baloba), terminal dos transportes colectivos e táxis de Bissaque. A cada etapa cada um dos 7 grupos de jovens ganhava uma «chave» simbólica e tinha que adivinhar a etapa seguinte. Após realizar todas as etapas e conseguidas todas as chaves dando acesso, de retorno ao Centro, a todos os «cofres» contendo pedaços de tecidos coloridos sobre os quais estavam escritos conceitos evocando os 5 valores do percurso cidadão que os adolescentes foram afixar sobre os muros da sala da oficina.

Os moradores do bairro, sejam eles comerciantes, policiais, voluntários de lugares de cultos ou simplesmente moradores, ajudaram no jogo com entusiasmo para a organização das etapas (jogos cooperativos, de cálculo, de lógica, de conhecimentos), entrevistas pelos adolescentes e mini desafios esportivos. (Cf. o artigo sobre a Metodologia da corrida de orientação em anexo).

► As atividades culturais e esportivas

Frequência : 1 x por semana

Desenvolver o gosto pelo esforço e pela criatividade.



As atividades culturais e esportivas acontecem 1 vez por semana com o apoio da rede dos veteranos. Os esportes coletivos (futebol, voleibol,...) são privilegiados, pois eles permitem trabalhar a integração do jovem no grupo ensinando o respeito ao outro e o respeito às regras. Eles criam também relações entre os jovens dos diferentes bairros, permitindo trabalhar a gestão das rivalidades. Torneios esportivos são organizados.

Aulas de dança e de música tradicionais são também organizadas e permitiram às vezes a criação de um grupo cultural que se encontram várias vezes para ensaiar (Exemplo «Arte bô bim djubi» em Guiné Bissau).

Frequência : 1 x por semana

Porque nós aprendemos melhor quando temos prazer!

Grandes eventos são organizados com os jovens : dia da criança africana 16 de junho, dia mundial contra a AIDS 1º de dezembro, dia dos namorados 14 de fevereiro (jogo da amizade), dia da mulher 8 de março (troca esportiva entre os adolescentes do percurso e as mulheres beneficiadas da atividade de alfabetização no centro) e o carnaval 18 de fevereiro (trocas e apresentações de danças e músicas entre os grupos culturais criados pelos jovens do percurso e os outros grupos culturais da comunidade).



Filosofia de ação em 7 pontos

- 1) **Implicação direta** dos atores locais e das populações no processo de elaboração e de gestão de projeto (para uma real apropriação) ;
- 2) **Educação pelos pares** : efeito multiplicador no seio da comunidade do jovem pelo jovem ;
- 3) **Responsabilização dos pais** ;
- 4) **Formação inicial e contínua** dos educadores locais (em pedagogia, planificação, técnicas de animação, produção de material reciclado...) ;
- 5) **Acompanhamento regular e de proximidade** (ferramentas específicas : quadros de objectivos, relatórios técnicos mensais, quadros quantitativos, custos, visitas a domicílio...) ;
- 6) **Trocas de experiência e trabalho em rede** dos diferentes atores ;
- 7) **Capitalização das experiências** para replicação.

► As diferentes etapas

1) Seleção e formação inicial dos animadores

Os Animadores, 2 por grupo de 20 a 30 são seleccionados localmente no bairro de intervenção de acordo com critérios preestabelecidos. Eles seguem então uma formação inicial (40h) para acompanhar o jovem no percurso cidadão e na reflexão sobre o seu projeto de vida.

Critérios de seleção do animador :

- nível de estudo correspondendo ao 1 grau do ensino médio
- morar na comunidade
- experiência comunitária
- interesse pelo trabalho com e pelos adolescentes
- ser de maior idade

CARTA DO ANIMADOR

Este deve :

- Ser criativo e dinâmico.
- Antecipar e preparar as oficinas, assim como os jogos e o material necessário.
- Ser mediador nos debates e dar uma atenção particular à que cada jovem participe e se expresse.
- Respeitar a vida privada dos jovens e não forçar quando algum deles não desejar se expressar (direito de não participar).
- Não julgar as idéias e colocar o jovem à vontade para se expressar.
- Situar as idéias e os conceitos evocados nas oficinas no contexto de vida dos jovens para uma melhor apropriação.
- Suscitar a reflexão crítica.
- Convidar os jovens a respeitar as opiniões de todos e de cada um.
- Adaptar as atividades para os que não sabem ler, nem escrever.
- Gerenciar bem o tempo durante as oficinas temáticas.
- Trabalhar em equipe e compartilhar as dificuldades encontradas.
- Sempre prever um plano B diante de circunstâncias imprevisíveis.
- Promover a implicação dos jovens nas organizações locais.
- Assegurar um acompanhamento do jovem a domicílio e criar relações com as famílias.
- Mostrar o exemplo.
- Ter um tempo para observar os jovens, se questionar sobre o sentido do que fazemos e procurar se melhorar.

Dia	Período	Temática	Metodologia
1	Manhã	Apresentação do Percurso Cidadão e da metodologia ESSOR	•Dinâmica de grupo para apresentação •Escolha coletiva das regras do grupo •Troca sobre as expectativas de cada um •Apresentação do Percurso e da metodologia
	Tarde	Qualidades de um bom animador	•Contextualização em pequenos grupos •Apresentação dos resultados dos grupos
2	Manhã	Animação e Educação Comunicação	•Recapitulação do dia anterior pelo grupo de forma criativa •Reflexão sobre diferentes temas •Técnica do jogo quebra-gelo •Jogo sobre a comunicação oral •Comunicação escrita e criação de um cartaz
	Tarde	Como valorizar e motivar um grupo	•Contextualização pelos pequenos grupos •Apresentação dos resultados dos grupos
3	Manhã	Comunicação Motivação	•Recapitulação do dia anterior pelo grupo •Finalização do cartaz sobre a comunicação escrita •Técnica do jogo quebra-gelo •Valorização do jovem e da auto estima com um jogo •Iniciação à solidariedade no grupo (jogo e reflexão)
	Tarde	Desenvolvimento de uma atividade	•Contextualização em grupos pequenos : realização de atividades sobre a auto estima •Apresentação dos resultados dos grupos
4	Manhã	Teatro fórum Ficha de atividade	•Recapitulação do dia anterior pelo grupo •Teatro fórum : ferramentas de comunicação e busca de soluções •Técnica do quebra-gelo •Os diferentes momentos de uma atividade •Realização de uma ficha de atividade em grupo
	Tarde	Prática da ficha de atividade	•Contextualização em pequenos grupos utilizando a ficha de atividade •Apresentação dos resultados dos grupos
5	Manhã	Além do grupo Conclusão	•Recapitulação do dia anterior pelo grupo •Visitas domiciliares : ficha de acompanhamento e contextualização •Técnica do jogo de quebra-gelo. •Reunião de pais : do convite a animação •Avaliação e entrega dos certificados

¹Cf. Réseau Pratiques Interaide : <http://www.interaide.org/pratiques/>

2) Identificação e seleção dos adolescentes

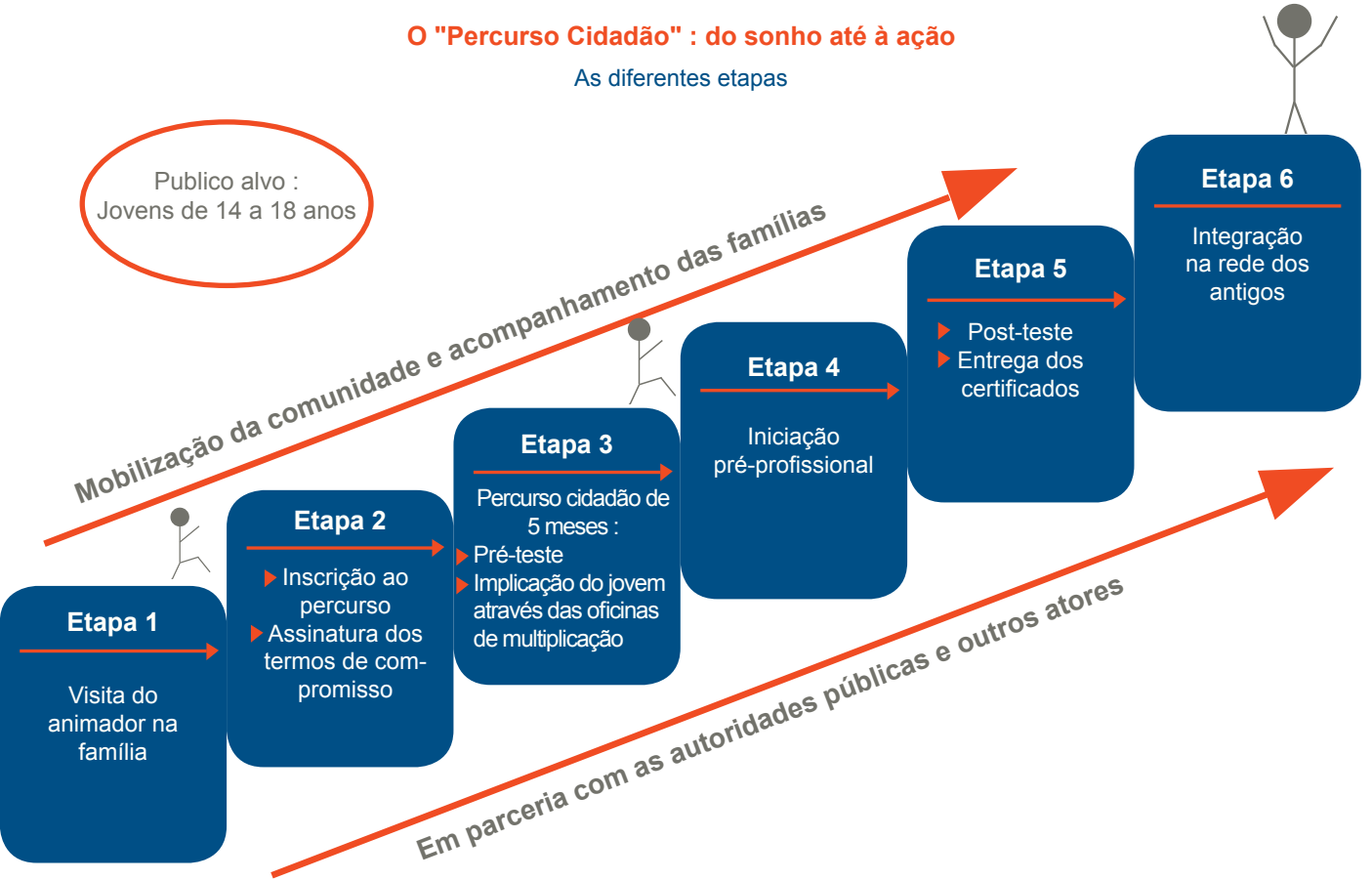
Os animadores identificam os jovens nos bairros onde ocorrem as intervenções, realizando visitas nas famílias para privilegiar as famílias mais vulneráveis (cf. ficha foto de família).

Critérios de seleção dos jovens :

- Ter entre 14 e 18 anos
- Viver na comunidade
- Vontade de participar nas atividades propostas, ser pontual e assíduo.

A assinatura de um «termo de compromisso» entre o adolescente, o animador e o pai é previsto no momento da inscrição.

3) Realização de um Percurso cidadão de 5 meses



O impato deste trabalho educativo será avaliado a partir de pré e pós-testes realizados com os jovens para medir a evolução dos conhecimentos e comportamentos e analisar os principais avanços.

4) Acompanhamento e formação contínua dos animadores

Os animadores são acompanhados no dia a dia por um técnico de referência mais frequentemente vindo de uma ONG parceira da **ESSOR** que a apoia na prática e na gestão das atividades e as ajustam para as planificações mensais e semanais das atividades.

Os animadores são avaliados regularmente, o que permite ao técnico identificar os pontos a serem melhorados e estabelecer um plano de formação contínua. O técnico efetua também, pontualmente, visitas domiciliárias com tal ou tal animador. Ele é a pessoa de referencia para conversar sobre as situações mais complexas. Ele mesmo é acompanhado regularmente por um responsável de programas na sede da **ESSOR** e por missões regulares de acompanhamento, com frequência de 2 vezes por ano.

Exemplo de temas propostos na formação contínua :

	Tema	Carga horária	Apresentador
1	Técnicas de animação	8h	Consultor
2	Técnicas de identificação e de inscrição	4h	Referente educação
3	Produção de material reciclado	8h	Universidade de pedagogia
4	HIV	8h	Enfermeiro
5	Cidadania	4h	Deputado
6	Violência doméstica	6h	Policial mulher
7	Direitos e deveres	8h	Centro Nacional de Direitos Humanos
8	Género	4h	Referente educação
9	Preparação de jogos para as oficinas	4h	Referente educação

O trabalho em rede das diferentes associações de bairro de um mesmo projecto permite as trocas de prática e o trabalho em rede assim como o trabalho de lobbying para impactar as políticas locais em prol da juventude.

5) Relação de proximidade com as famílias : as visitas domiciliaries e os encontros temáticos

O trabalho inicial de mobilização e depois mensal de visitas domiciliaries pelo animador permite sensibilizar as famílias à filosofia de projeto e manter um contato com as famílias, estas mesmas constituindo parcerias privilegiadas. O objetivo é assegurar um acompanhamento de qualidade do jovem na família dele e de poder dialogar e facilitar a evolução positiva das dificuldades que eles encontram.

Para reforçar a adesão das famílias no inicio do percurso, reforçar o papel delas como apoio à participação do adolescente, e deste modo prevenir as desistências, são realizadas **visitas domiciliaries** que permitem dialogar com o jovem e sua família.



São também organizados encontros com os pais sobre os temas seguintes :

- informação e apresentação do projecto,
- percurso educativo e avaliação das mudanças de comportamento dos adolescentes,
- comunicação não violenta,
- relação pais-jovens,
- pagamento das contribuições e
- direitos e deveres.

A rede dos veteranos

Após a participação deles no percurso cidadão, os adolescentes e jovens são encorajados a participar da «rede dos antigos» e guardar **laços** com o percurso continuando a participar das atividades multiplicadoras e culturais, dos encontros esportivos semanais, dos eventos diversos ou integrando uma associação do bairro.
Eles são também informados das oportunidades de formação profissional que podem lhes interessar.



► As ferramentas

Nº	Ferramenta	Objetivo	Quando ?
1	Foto de família	Identificar as famílias dos adolescentes mais vulneráveis	1º mês antes do início do percurso
2	Ficha de inscrição	Inscriver o jovem e conhecer melhor o seu perfil	1º mês do percurso
3	Termos de compromisso	Responsabilizar o jovem e a família	1º mês do percurso
4	Pesquisa sócio económica	Conhecer o perfil sócio económico dos beneficiários	1º mês depois do início do percurso
5	Rotina diária	Dinamizar uma oficina	Em cada oficina temática
6	Visita pedagógica	Avaliar a metodologia pedagógica do animador + estimular a auto avaliação	1 vez por mês
7	Lista de frequência	Ter uma visão clara da participação diária nas oficinas	Em cada oficina
8	Pré e pós teste	Avaliar a evolução dos jovens em termo de conhecimento e comportamento	No início e no final do percurso
9	Ficha de avaliação	Avaliar o impacto da formação no animador	Fim do dia / Fim da formação
10	Percurso cidadão	Ter uma visão clara de todas as atividades do percurso	Durante todo o percurso

Quem ?	Etapa seguinte	Recomendação
Animador	Identificar e selecionar os jovens que possuem estes critérios	Selecionar um número superior de jovens ao resultado esperado, pois sempre ocorrem desistências durante o percurso.
Animador	Compilar os dados	Estabelecer uma base de dados do percurso
Animador	Arquivar este documento com todos os documentos oficiais do jovem	Explicar os conceitos de responsabilidade e custo deste percurso para o adolescente e sua família
Animador	Organizar/compilar os dados e redigir um documento resumido	Utilizar para a elaboração de projetos
Animador	Seguir a rotina durante a oficina	Responsabilizar um líder do dia em cada oficina
Técnico ou outro responsável (ESSOR)	Partir das recomendações para melhorar	Estimular o animador a observar, refletir e se auto avaliar
Animador	Compilar os dados e estabelecer a % de participação mensal, incluindo a % de participação das mulheres (indicador género)	Ponto de vigilância das equipas : a fiabilidade dos dados
Animador	Compilar os dados	Prever um teste oral para aqueles que não sabem bem ler nem escrever
Animador	Compilação pelo formador	Levar em conta os resultados para as formações seguintes
Animador	Realizar uma avaliação final no fim do percurso com toda a equipa	Selecionar uma ou 2 recomendações a serem aplicadas para melhorar o percurso seguinte

1. A foto de família

Nome do jovem : Nome do investigador :

Idade : Associação :

Sexo : Bairro :

Contato :

Perguntas :

Nº	Situação familiar	Situação A	Situação B	Situação C	Situação D
1	Situação matrimonial	O jovem mora só, sem nenhum apoio ☐	O jovem vive com membros de sua família outros que seus pais ☐	O jovem vive com um de seus 2 pais ☐	O jovem vive com seus dois pais ☐
2	Educação do jovem	O jovem nunca foi à escola ☐	O jovem abandonou a escola ☐	O jovem vai à escola mas tem um atraso escolar ☐	O jovem vai à escola e não tem atraso escolar ☐
3	Nível de educação dos pais	Analfabeto ☐	Ensino fundamental completo ☐	Ensino médio completo ☐	Universitário completo ou incompleto ☐
4	Atividade do pai ou do responsável pedagógico	Nenhuma atividade profissional ☐	Atividade com salário informal e irregular ☐	Atividade com salário informal e regular ☐	Atividade formal/ contrato de trabalho ☐
5	Atividade da mãe ou da responsável pedagógica	Nenhuma atividade profissional ☐	Atividade com salário informal e irregular ☐	Atividade com salário informal e regular ☐	Atividade formal/ contrato de trabalho ☐
6	Moradia	A família paga um aluguel ☐	Mora gratuitamente, a família não paga aluguel ☐	A família é proprietária ☐	A família é proprietária e possui outros bens imobiliários alugados ☐
7	Energia utilizada	Sem energia eléctrica ☐	Divide um gerador com outras famílias ☐	Utiliza seu próprio gerador ☐	Utiliza painéis solares ☐
8	Água	Sem acesso à água ☐	Acesso a um poço tradicional ☐	Divide um poço manual com outras famílias ☐	Utiliza seu próprio poço manual ☐
9	Nº de pessoas que dormem com o jovem no mesmo quarto	Mais de 5 pessoas no mesmo quarto ☐	Menos de 5 pessoas no mesmo quarto ☐	O jovem divide o quarto com 1 irmão ou um equivalente ☐	O jovem tem seu próprio quarto ☐

Observação :

10	Relação pais-jovens	Crianças muito carentiadas. Maus tratos ou negligência grave ☐	Crianças carentiadas. Pouco apoio parental (Ex : crianças sozinhas o dia inteiro) ☐	Crianças cuidadas. Apoiadas pelos pais, muito tempo dedicado às crianças ☐	Relação harmoniosa ☐
11	Condições de moradia	Muito precária, quase insalubre e muito pequena ☐	Habitável mas equipada minimamente (colchão, marmita) ☐	Habitável mas equipada basicamente (cama, cadeiras, mesa) ☐	Bom estado equipada confortavelmente (sala, televisão, rádio, ☐
12	Higiene	Nenhuma higiene ☐	Higiene insuficiente ☐	Higiene aceitável ☐	Boa higiene ☐

Para cada um dos casos de 1 a 9, selecionar a situação A, B, C ou D que corresponde melhor à família visitada.

Para identificar as famílias mais vulneráveis, contabilizar o número de situação A, situação B, situação C e situação D de cada família.
As famílias tendo contabilizado mais situações A e B são mais vulneráveis.
As famílias contabilizando mais situações C e D são menos vulneráveis.

	TOTAL
Situação A	
Situação B	
Situação C	
Situação D	

Extrato da 'Foto de família' realizada pela ONG Inter Aide

2. A ficha de inscrição

Ficha a ser preenchida com o adolescente

Sobrenome :
Tel do contato :
Endereço :

Nome :
Data de inscrição :
Data da saída :

Identificação

1. Data de nascimento
2. Sexo
3. Estado civil
Solteiro(a)
Mora com o seu(sua) companheiro(a)
Casado(a)
Outro

F

M

4. Documentos de Identificação ?
Nº identidade
Cartão de vacinação
Carteira de estudante
Outro
5. Você possui filhos ?
6. Quantos ?

Sim

Não

Escolaridade

7. Você estuda atualmente ?
8. Você é alfabetizado ?
9. Horário
10. Nível de escolaridade :
11. Você tem atraso escolar ?
12. Quantos anos de atraso ?
13. Qual é o seu grau de estudo ?

Sim

Não

Sim

Não

Manhã

Tarde

Sim

Não

14. O tipo de profissão que você gostaria de fazer ?
15. Você trabalha ?
16. Há quanto tempo ?
17. Em qual área ?
18. Quais são os horários ?
19. Qual é o seu salário mensal ?

Sim

Não

Família

20. Pai/Encarregado de educação
Nome :
Profissão :
Contato :
Nível de escolaridade :
Nacionalidade :

21. Mãe/Encarregada de educação
Nome :
Profissão :
Contato :
Nível de escolaridade :
Nacionalidade :

Irmãos/Irmãs

Nº	Nome	Sexo	Idade	Mora com você (sim ou não)	Nível de escolaridade

O que é importante aqui, é de conhecer a posição do adolescente na família.

23. Como é a sua relação com a sua família ?
Boa
Mais ou menos boa
Pode melhorar

Atividades

24. Você pratica algum esporte ?
25. Qual ?

Sim

Não

26. Você pratica algum grupo na sua comunidade ?
27. Qual ?

Sim

Não

28. Segundo você, qual é o papel de um adolescente na sua comunidade ?
.....
.....
.....

29. Por qual motivo você deseja participar de um percurso cidadão ?
.....
.....
.....

30. Você tem um projeto de vida para o futuro? Você poderia explicá-lo ?
.....
.....
.....

Inscrição

31. Em qual aula você gostaria de se inscrever?

32. Que quantia você gostaria de pagar para um mês de atividade?

☐ Para uma melhor comunicação e valorização do projeto, você aceitaria que a associação utilize fotos de você feitas durante as atividades ?

Assinatura do adolescente :

Assinatura do (da) Coordenador(a) :

3. Os termos de compromisso

No momento da inscrição, um compromisso é solicitado entre as partes com respeito às responsabilidades seguintes :

Responsabilidade do adolescente :

- Participar ativamente, do início ao fim, do percurso cidadão de duração de 5 meses.
- Respeitar as regras de funcionamento e o regulamento interno do grupo.
- Tratar com respeito os colegas do grupo, os animadores e colaboradores do projeto.
- Multiplicar o conhecimento adquirido com outras pessoas.
- Participar na organização da sala (faxina cada um sua vez).

Responsabilidade da família :

- Motivar a participação do adolescente nas atividades do projecto.
- Garantir a presença do adolescente nos horários previstos, evitando atrasos.
- Acolher bem as visitas domiciliares organizadas pelo projeto
- Participar dos encontros e das reuniões.
- Validar a inscrição definitiva do jovem no percurso e pagar a contribuição simbólica mensal.

Responsabilidade do animador :

- Ser pontual (o animador tem que chegar 10 min antes da hora prevista para atividade).
- Preparar e realizar as atividades previstas com os adolescentes.
- Realizar um acompanhamento do adolescente durante todo o percurso cidadão.
- Realizar as visitas iniciais e as do meio e do fim do percurso nas famílias dos jovens.
- Garantir que o conteúdo das oficinas seja realizado como previsto.
- Assegurar uma atmosfera acolhedora para o adolescente e a sua família.
- Ter ética, que corresponde à confiança dada pelas famílias e pelos adolescentes.
- Respeitar a confidencialidade.

Responsabilidade do projeto :

- Assegurar a realização do percurso cidadão, conforme a planificação e mobilizar os parceiros externos.
- Entregar ao adolescente no início do percurso um caderno, uma caneta e uma régua ; e no final do percurso uma camiseta e o certificado de participação se ele não obtiver mais do que 4 ausências nas oficinas e se o pagamento da contribuição estiver em dia.
- Colocar em prática os meios necessários para que as responsabilidades e os compromissos citados sejam entendidos pelas

☐ Eu aceito que a ONG «X» utilize fotos tiradas durante as oficinas para os relatórios e publicações do projeto

Assinatura das partes :

O parente do jovem

O animador referente

O adolescente

O coordenador do projeto

4. A pesquisa sócio económica

Ficha a ser preenchida com a família do adolescente
Introdução : explicar o projeto, os objetivos, a filosofia

Sobrenome e nome : Endereço :
Tel. de contacto :
Data :

IDENTIFICAÇÃO

1. Quem é a pessoa entrevistada : ☐ Pai ☐ Mãe ☐ Irmão/Irmã ☐ Avô/Avó ☐ Tio ☐ Tia ☐ Outro	4. Estado civil da pessoa entrevistada : ☐ Casado(a) ☐ Solteiro(a) ☐ Divorciado(a) ☐ Viúvo(a) ☐ Mora com seu companheiro(a) ? ☐ Outro	7. O adolescente é : ☐ Órfão de seus 2 pais ☐ Órfão (de mãe) ☐ Órfão (de pai) ☐ Adotado(a) ☐ Outro
2. Idade : ☐ Até 18 anos ☐ De 18 a 29 anos ☐ De 30 a 59 anos ☐ Mais de 60 anos	5. Morador da comunidade : ☐ Há 1 ano ☐ De 1 a 3 anos ☐ De 3 a 6 anos ☐ Mais de 6 anos	8. Ligação com o chefe de família : ☐ Chefe de família ☐ Filho(a) ☐ Irmão/Irmã ☐ Esposo(a) ☐ Outro
3. Sexo : ☐ M ☐ F	6. O adolescente vive com : ☐ Os dois pais ☐ A Mãe ☐ O Pai ☐ O Avô ☐ A Avó ☐ Irmão/Irmã ☐ Tio ☐ Tia ☐ Outro	

MORADIA

9. Em relação à casa você é : ☐ Proprietário ☐ Locador ☐ Casa emprestada ☐ Outra ☐ Outro	11. A casa possui : ☐ Eletricidade ☐ Água corrente ☐ Água de poço ☐ Banheiro ☐ Outro	13. N° total de moradores na casa :
10. Tipo de casa : ☐ Tijolo ☐ Bambu ☐ Madeira e Zinco ☐ Outro ☐ N° de peças :	12. Você possui um título de proprietário ? ☐ SIM ☐ NÃO	

FAMÍLIA

14. Quantas pessoas moram nesta casa : ☐ com idade de 0-2 anos ☐ de 3 a 5 anos ☐ de 6 a 12 anos ☐ de 13 a 17 anos ☐ de 18 a 35 anos ☐ de 36 a 55 anos ☐ de 56 a 100 anos	18. N° de pessoas na casa com uma atividade remunerada : ☐ N° Total ☐ De 6 a 12 anos ☐ De 13 a 17 anos ☐ De 18 a 21 anos ☐ De 22 a +	21. A família recebe uma ajuda externa ? ☐ SIM ☐ NÃO
15. N° de pessoas aposentadas na família ?	19. Quantas destas pessoas possuem um contrato de trabalho ?	22. De quem? ☐ Um Parente ☐ Do Governo ☐ De uma Associação
16. N° de pessoas com doenças crônicas ?	20. Quantas sem contrato de trabalho ?	23. Tipo de ajuda recebida : ☐ Ajuda financeira - Quanto (+ ou -) ? ☐ Ajuda material - Qual?
17. Quantas possuem o vírus HIV?		

EDUCAÇÃO

24. Nível de escolaridade das pessoas : ☐ N° de analfabetos ☐ N° ensino fundamental ☐ N° ensino médio ☐ N° nível superior incompleto ☐ N° nível superior completo ☐ Outro	26. N° de adolescentes com idade de 14 a 18 anos que não estudam ?	28. N° de adolescentes sem carteira de identidade ?
25. Quantos adolescentes com idade de 14 a 18 anos moram na casa ?	27. N° de adolescentes sem certidão de nascimento ?	29. Qual é a quantia que a pessoa entrevistada poderá aceitar de pagar mensalmente para o percurso cidadão ?

5. A rotina diária

As cinco etapas para uma sessão dinâmica e produtiva que dá vontade de voltar!

1. Resumo (pelos jovens) da sessão anterior : (10 minutos)

► O que eles se lembram, o que aprenderam ?

2. Dinâmica de integração para escolher o " líder do dia" entre os adolescentes, que será o assistente oficial da oficina (10 minutos)

3. Tema do dia (2h30)

4. Avaliação da sessão pelos jovens e de forma participativa (15 minutos)

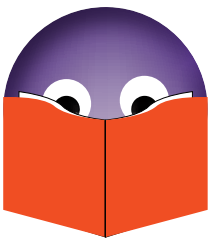
► Favorecer a expressão



O que eu gostei hoje



O que eu gostei menos hoje



*

O que eu aprendi ?

5. Apresentação do próximo tema (5 minutos)

► Para dar água na boca e dar vontade de voltar!

6. A visita pedagógica

Quem realiza ?	Frequência das visitas ?	Responsável compilação dos dados ?
O coordenador		
Um animador		
Outros ?		

Projeto :
Data :
OCB :

Animador :
Grupo :
Número de adolescentes inscritos :
Numero de meninas :

1. Preparação (antes do inicio da oficina)

	Boa	Razoável	A melhorar
Arrumação da sala	☐	☐	☐
Preparação do material	☐	☐	☐
Atividades do dia inscritas no quadro	☐	☐	☐
Conhecimento dos objetivos do dia e da localização dessa etapa no percurso	☐	☐	☐
O animador conhece o projeto na sua totalidade	☐	☐	☐

2. Pontualidade e frequência

	Número	Porcentagem
Número de adolescentes presentes neste dia		
Número de meninas presentes neste dia		
Número de adolescentes pontuais neste dia		
Número de adolescentes atrasados neste dia		

3. Atividades com os adolescentes e jovens

	Sim	Não	As vezes	Observações
A lista de presença está bem preenchida	☐	☐	☐	
O animador alterna diferentes técnicas de animação (grupo todo, pequenos grupos, debate, jogo, música...)	☐	☐	☐	
A rotina diária é respeitada (resumo da última sessão / escolha do líder do dia...)	☐	☐	☐	
A ficha temática é seguida e concluída	☐	☐	☐	
O tempo é bem gerenciado (relógio)	☐	☐	☐	
O animador ocupa bem o espaço	☐	☐	☐	
O líder do dia participa da organização da oficina	☐	☐	☐	
A sala é arrumada antes da saída	☐	☐	☐	
Presença de uma caixa de ideias na sala	☐	☐	☐	

4. Relação Animador - Adolescente

► Este ponto merece uma atenção especial¹

	Bem	Razoável	A melhorar	Observações
O animador conhece o nome de todos os jovens	☐	☐	☐	
O animador estimula a participação dos jovens	☐	☐	☐	
Os adolescentes participam com prazer	☐	☐	☐	
O animador usa uma linguagem adaptada aos adolescentes	☐	☐	☐	
O animador participa do respeito dos valores :	☐	☐	☐	
a) Respeito da vida particular	☐	☐	☐	
b) Respeito do outro	☐	☐	☐	
c) Responsabilidade	☐	☐	☐	
d) Direito de não participar	☐	☐	☐	
e) Estimula a participação de todos	☐	☐	☐	
f) Defende o respeito às ideias de todos	☐	☐	☐	
Bom gerenciamento do espaço	☐	☐	☐	
Gestão de conflitos	☐	☐	☐	

¹O técnico que faz a visita deve estar atento a formular frases simples privilegiando o lado humano, pois não se trata unicamente de uma técnica de trabalho, mais de relações humanas.

5. Auto avaliação do animador

Os pontos que funcionam bem :

1/
2/
3/

Os pontos que precisam melhorar :

1/
2/
3/

O que eu posso fazer para melhorar :

1/
2/
3/

6. Sugestões do Observador :

Sugestões da visita atual :

.....
.....
.....

Evolução em relação à última visita :

.....
.....
.....

	O OBSERVADOR	O ANIMADOR
Nome		
Função		
Assinatura		



32

% Frequência média mensal

8. O pré e o pós teste

PRÉ TESTE : / /

POS TESTE : ____/____/____

Nome : OCB :
Idade : Turma :
Sexo :

CONHECIMENTOS

- 1 Quais são as primeiras mudanças da adolescência ?
- ☐ Mudança física como pelos nas axilas e pelos púbicos
 - ☐ Mudança mental
 - ☐ Mudança social

- 2 Você já ouviu falar de gravidez precoce?
- ☐ Sim
- ☐ Não

- 3 Você pode citar 2 exemplos negativos dessa gravidez :
.....
.....

- 4 É mais importante ir na escola para os meninos que para as meninas
- ☐ Sim
- ☐ Não

- 5 Os papéis femininos e masculinos são mais definidos :
- ☐ pelo sexo e as características biológicas ou
 - ☐ pela sociedade e as características culturais

- 6 Quais são os 2 documentos que um cidadão deve ter :
.....
.....

- 7 Todas as pessoas do mundo tem os mesmos direitos
- ☐ Sim
- ☐ Não

- 8 Cite 2 exemplos de direitos universais da criança

COMPORTAMENTO

- Você tem documentos de identidade?
- ☐ Sim
- ☐ Não

Quais?

- Você utiliza algum método para evitar a gravidez?
- ☐ Não
- ☐ Sim Qual?

- Você já bebeu álcool?
- ☐ Sim ☐ Às vezes
- ☐ Não ☐ Frequentemente

- Alguns dos seus amigos já te estimulou a beber quando você não estava com vontade?
- ☐ Sim ☐ Às vezes
- ☐ Não ☐ Frequentemente

- Você ajuda em casa ?
☐ Não
☐ Sim Em quê?.....
 É remunerado? ☐ Sim ☐ Não

- Você já fez alguma ação para a comunidade?
- ☐ Não
- ☐ Sim
- Explique qual ou quais.....

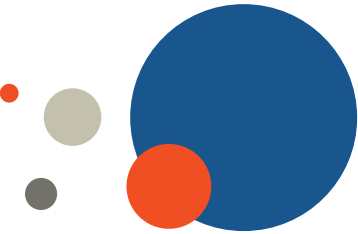
- Você faz parte de alguma associação ou de algum grupo na sua comunidade ?
- ☐ Não
- ☐ Sim
- Você pode explicar.....

- Quando você tem um problema, você busca ajuda?
- ☐ Não
- ☐ Sim Com quem?

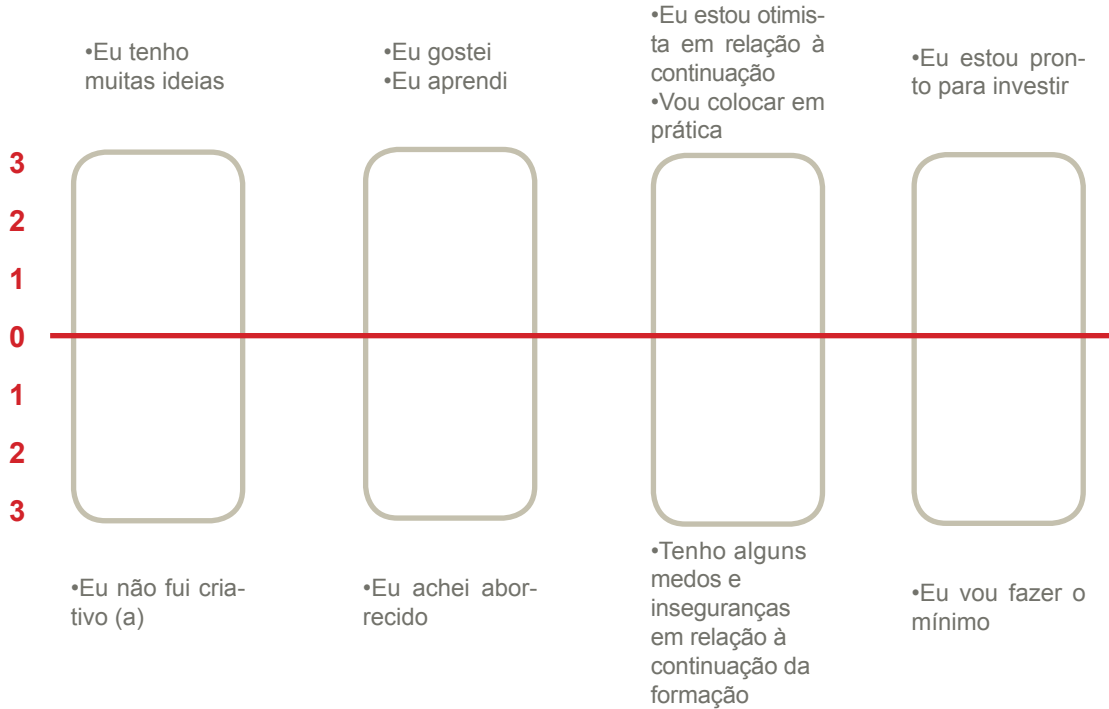


CONHECIMENTOS		COMPORTAMENTO	
9	Cite 2 exemplos de deveres universais da criança :	Você fala com a sua família ? ☐ Sim ☐ As vezes ☐ Nunca Com que ?.....	
10	Os pais (ou responsáveis pedagógicos) têm o direito de bater nos seus filhos ☐ Sim ☐ Não	Uma menina tem o direito de dizer não a uma relação sexual que ela não quer. ☐ Sim ☐ Não	
11	Os pais (ou responsáveis pedagógicos) têm o direito de proibir os seus filhos de irem à escola ☐ Sim ☐ Não	Eu conheço o centro de depistagem mais próximo da minha casa ☐ Sim ☐ Não	
12	Como se pode pegar o vírus da AIDS ? ☐ Beijo ☐ Relação sexual sem protecção ☐ Copo		
13	Que deve ser feito para se proteger desta doença ? ☐ Utilizar preservativos nas relações sexuais ☐ Esperar antes de ter relação sexual		
14	Quais são as doenças que se transmitem pela água ? ☐ Meningite ☐ Febre tifóide ☐ Cólera ☐ Diabetes		
15	Cite 2 tipos de drogas que você conhece ?		
16	Cite 2 efeitos da consumação de álcool :		
		TOTAL CONHECIMENTO	
		TOTAL COMPOTAMENTO	
		TOTAL GERAL	

9. Avaliação das formações



► BALANCETE DE COMPORTAMENTOS E DE ATITUDES POR BAROMETRO*



► PLANO DE AÇÃO INDIVIDUAL APÓS A FORMAÇÃO (Aplicação das aprendizagens da formação)

Indique 5 mudanças que você pensa em levar para a sua prática de formação após esta formação de formadores	Indicar para cada modificação de prática a ou as dificuldades potenciais	Indique as soluções encontradas
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		
.....		

*Ferramenta criada pelo Instituto Bioforce Développement

Quê ?	Quando ?	Como (técnica) ?
As aprendizagens	Durante a formação	
	No final da formação	
	Depois da formação	
O programa de formação <i>(adequação dos conteúdos, ritmo, animação, dinâmica)</i>	Durante a formação	
	No final da formação	



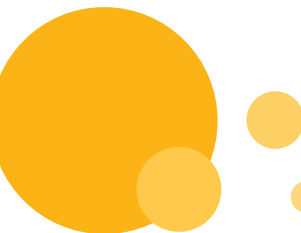
O PERCURSO CIDADÃO

38

	MÊS 1	MÊS 2
TEMAS	Ser e conviver <i>p40</i>	Minha adolescência <i>p63</i>
VALORES	Solidariedade	Confiança
OFICINAS TEMÁTICAS	Introdução <i>p40</i> Identidade <i>p42</i> Grupo <i>p44</i> Cidadania <i>p47</i> Direitos da criança <i>p50</i> Objectivos do Milénio <i>p59</i> 6 oficinas temáticas	O que é a adolescência ? <i>p63</i> O género <i>p70</i> Educação ao Amor <i>p74</i> Sexualidade <i>p79</i> Gravidez precoce <i>p84</i> Comportamentos de risco <i>p88</i> 7 oficinas temáticas
OFICINAS PRÁTICAS	4 oficinas práticas	4 oficinas práticas
OFICINAS EXTERNAS	Visita à Liga dos Direitos Humanos	Visita a um tribunal
OFICINAS ESPORTIVAS E/OU CULTURAIS	4 oficinas esportivas e/ou culturais	4 oficinas esportivas e/ou culturais
MULTIPLICAÇÃO DOS CONHECIMENTOS	Peça de teatro sobre a cidadania	Filme-debate sobre a adolescência
SENSIBILIZAÇÃO/FESTIVIDADES	1 troca/trimestre entre os grupos de jovens 1 evento/trimestre : desafios culturais e esportistas.	
VISITAS DOMICILIARES	10 visitas de família/semana/bairro	10 visitas de família/semana/bairro
ACOMPANHAMENTO DAS FAMÍLIAS	1 encontro de apresentação filosofia de projeto	1 encontro sobre relação pais/filho

39

MÊS 3	MÊS 4	MÊS 5
Saúde e Prevenção <i>p98</i>	Minha Comunidade <i>p137</i>	Meu Projeto de Vida <i>p172</i>
Responsabilidade	Respeito	Compromisso
Nutrição <i>p98</i> Água <i>p104</i> Água, Higiene e Saneamento <i>p110</i> DST & HIV/AIDS <i>p122</i> Práticas nefastas <i>p130</i> 6 oficinas temáticas	Meu bairro <i>p137</i> Meio ambiente <i>p139</i> Os hábitos e costumes <i>p144</i> Cultura da Paz <i>p147</i> Comunicação <i>p154</i> Inteligência emocional <i>p164</i> 9 oficinas temáticas	O adolescente, ator de mudança ? <i>p172</i> Acompanhamento do projecto de vida <i>p176</i> Relação com o dinheiro <i>p181</i> Artesanato e auto-emprego <i>p184</i> Descoberto do mundo do trabalho <i>p188</i> 5 oficinas temáticas
4 oficinas práticas	4 oficinas práticas	4 oficinas práticas
Visitas ao centros de teste AIDS	Corrida de orientação nos bairros	Visitas dos centros de formação
4 oficinas esportivas e/ou culturais	4 oficinas esportivas e/ou culturais	4 oficinas esportivas e/ou culturais
Sensibilização sobre a nutrição	Exposição de fotos	Salão do emprego
1 troca/trimestre entre os grupos de jovens 1 evento/trimestre : desafios culturais e esportistas.		
10 visitas de família/semana/bairro	10 visitas de família/semana/bairro	10 visitas / família/ bairro
1 encontro sobre higiene	1 encontro sobre comunicação	1 encontro sobre associativismo



O PERCURSO CIDADÃO : DO SONHO À AÇÃO

MES 1: Ser e conviver

FICHA DE ATIVIDADE 1: INTRODUÇÃO AO PERCURSO CIDADÃO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Os adolescentes compreendem bem a filosofia do percurso cidadão e os objetivos
 - Os adolescentes se familiarizam com o grupo

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
1. Recepção dos adolescentes com um jogo de integração : « o giro dos nomes »	Formar um círculo. O 1º jovem, com uma bola na mão diz seu nome e joga a bola para um outro jovem aleatoriamente, que por sua vez diz seu nome e joga a bola para um outro jovem. E assim sucessivamente.	15 min
2. Apresentação da ESSOR e dos seus parceiros	Intervenção dos representantes da ong parceira, das associações do bairro e do representante Essor local.	30 min
3. Jogo : Perfil do seu colega	Em dupla. Preencher o questionário oralmente sobre o perfil do colega ao lado (Cf. anexo 1) e apresentar depois ao grupo um por um.	40 min
4. Apresentação debate do percurso cidadão com projeção do PowerPoint « filosofia do percurso » na presença da ong parceira (No CD em anexo).	Introduzir o percurso e explicar bem : •A rotina diária com o líder do dia •Os valores fundamentais durante as oficinas, O respeito da vida particular, a equidade, O respeito do outro... •A noção de custo e de responsabilidade do jovem •Os termos de compromisso do jovem e o papel dos pais •A caixa de ideias.	40 min
5. Escolher um nome e um slogan para o grupo	Em pequenos grupos. Cada grupo escolhe 3 ideias de nome e 1 ideia de slogan. O animador coloca todas as ideias de nomes e de slogans em um papel gigante. + Eleição levantando a mão para escolher o nome e o slogan do grupo.	40 min
6. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar suas impressões sobre a sessão, o que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
7. Apresentação da próxima oficina sobre a identidade – os participantes se cumprimentam antes de ir embora	Apresentado pelo animador.	5 min

- MATERIAL NECESSARIO :
- Uma bola para o jogo da integração
 - papel, caneta, caderno para cada adolescente
 - caixa de ideias em papelão a ser construída (ver Anexo 2)

- DOCUMENTOS NECESSARIOS :
- A rotina diária
 - Os termos de compromisso do adolescente

Anexo 1 : Questionário sobre o perfil (A ser respondido oralmente)

1. Meu nome é :
2. Minha história, minha família e meu lugar na família :
3. O que eu gosto na vida :
4. O que eu não gosto na vida :
5. Meu sonho para o futuro :

Anexo 2 : A caixa de ideias



Construir uma caixa de ideias a colocar na sala das oficinas do percurso.

Inspirada na pedagogia Freinet*, esta caixa permitirá aos jovens de colocar nela todas as perguntas que eles têm. O animador poderá em seguida responder em grupo.

- Porquê não deixar o grupo ele mesmo decidir as modalidades de respostas às perguntas colocadas na caixa ?

*Célestin Freinet (1896-1966) : famoso pedagogo francês, criador de técnicas pedagógicas inovadoras.

MES 1 :
FICHA DE ATIVIDADE 2 :

SER E CONVIVER
IDENTIDADE

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Os adolescentes descobrem as diferentes facetas da identidade deles
 - Os adolescentes descobrem o conceito de identidade e o seu papel

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
« Quebra gelo » : O perfil chinês	<i>Cada jovem elabora seu perfil chinês por escrito e em desenho :</i> •Se eu fosse um animal, eu seria..... •Se eu fosse uma cor, eu seria..... •Se eu fosse um alimento, eu seria.... <i>e apresenta para o grupo cada um na sua vez.</i>	30 min
1. Lembrança da última oficina sobre a apresentação do percurso cidadão	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar a última oficina de apresentação do percurso cidadão.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando menina e menino.	5 min
3. Estabelecer a lista das tarefas do líder como : ajudar o animador, limpar a sala das oficinas...	Chuva de ideias dos jovens sobre a lista das tarefas possíveis do líder do dia. + elaboração de um acordo comum da lista final das tarefas do líder em uma folha grande de cartolina a colocar na parede.	30 min
4. Temática :	Cada jovem realiza individualmente sua própria carteira de identidade a partir do quadro « quem sou eu ? » (ver no anexo 1) em uma carteira de identidade de cartolina. ► Deixar livre a criatividade dos jovens. <i>+ Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que fizeram.</i>	30 min
O que é a identidade ?	Em pequenos grupos, realizar a carteira de identidade de celebridades. Uma celebridade para cada grupo. + Um representante de cada grupo entrega e apresenta a carteira de identidade da celebridade.	30 min
5. Exercício Prático :	O animador conta a história de Atia (ver Anexo 2) que não está inscrita nos registros do estado civil, isto quer dizer que ela não existe. + Debate sobre o direito à identidade •Porquê é importante ? •O que isso permite ?	30 min
história de atia		

6. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.	15 min
7. Apresentação da próxima oficina sobre o grupo – os participantes se cumprimentam antes de ir embora.	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Pequenas carteiras de identidade em cartolina para o exercício sobre a identidade
- Uma grande folha em cartolina para a lista das tarefas do líder do encontro
- Folha de papel gigante

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

- O quadro sobre « a identidade » a reproduzir em um papel gigante para que os jovens se inspirem para a realização da carteira de identidade deles.

ATIVIDADE COMPLEMENTAR :

- Realizar o pré teste geral do percurso com cada jovem na forma escrita ou oral com aqueles que não sabem bem escrever.

Anexo 1 : Quadro sobre a identidade

Quem sou eu ?	De onde eu venho ?	O que eu gosto de fazer ?	O que eu não gosto de fazer ?
•nome e sobrenome •idade •lazer •responsabilidade •lugar na família	•lugar de nascimento •qual cidade ? •qual língua eu falo ?	•em casa •na escola •no bairro	

Anexo 2 : História de Atia, de Madagascar.*

Atia (12 anos), Marie-Rose (18 anos) e seus oito irmãos e irmãs não estão inscritos nos registros do estado civil. Oficialmente, eles não existem. Eles vieram com os pais deles para efetuar o registro retroativo do nascimento deles. O juiz Tatafraky se locomoveu para registrar e oficializar a existência de cerca de 1 200 crianças. As famílias se apresentam com os processos delas, respondem às perguntas dele e partem depois de alguns minutos tendo cumprido esta formalidade administrativa que pode mudar a vida delas. Depois da família passar pelo juiz, Atia explica que ele veio pegar sua « Kopia » porque ele quer continuar a frequentar a escola e ter uma carteira de identidade. Marie-Rose, ela também, quer uma carteira de identidade porque ela tem 18 anos e quer poder votar. Ela veio com sua filha de 2 anos que foi registrada ao mesmo tempo que ela. « Foi impressionante passar pelo juiz, mas eu estou contente de ter feito isso. »

!

- Mais de 30 % dos nascimentos no mundo não são registrados!
- Quando uma criança não é registrada, ela não tem nenhuma existência oficial, ela não tem nenhum direito e não pode ter acesso aos cuidados ou à escola.

O direito à identidade

Cada criança tem o direito de ser oficialmente registrada e reconhecida, de conhecer sua filiação, o nome de seus pais e de ter uma nacionalidade (artigos 7 e 8 da Convenção internacional dos direitos da criança).

O registro consiste em fazer registrar pelas autoridades administrativas o nascimento das crianças. Trata-se de uma prova permanente e oficial da existência de uma criança, condição essencial à realização de seus direitos e de suas necessidades.

*História tirada do dossiê pedagógico da UNICEF sobre o direito à identidade.

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Explicar o conceito do grupo
- Estabelecer a carteira de identidade do grupo com os valores, os objetivos e as regras de funcionamento
- Explicar a importância da cooperação, da solidariedade e da assistência mútua no grupo e contribuir na construção de um « espírito de grupo ».
- Contribuir na construção de um “espírito de grupo”.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
« Quebra gelo » : o jogo do espelho	<i>Em dupla. Exercício de comunicação. O jovem « espelho » tem que estar atento para permitir ao seu parceiro de imitá-lo nas melhores condições possíveis.</i>	10 min
1. Recapitulação sobre a última oficina sobre a identidade	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar a última oficina, sobre a identidade.	15 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando menino e menina.	10 min
3. Temática :	O que é um grupo? Chuva de ideias sobre os diferentes grupos que os adolescentes conhecem (Definição no anexo 1). + <i>alguns jovens voluntários são convidados a apresentar os grupos aos quais eles pertencem.</i>	30 min
« estar e viver em grupo »	A carteira de identidade do grupo Em pequenos grupos, estimular a reflexão sobre a identidade, os valores, a missão e as regras de funcionamento para o grupo (ver anexo 2). + <i>Um voluntário de cada grupo vai restituir o trabalho do grupo.</i> + <i>Coletar as propostas com o objetivo de elaborar a carteira de identidade do grupo sobre uma folha grande em papelão a ser afixada na parede.</i>	45 min
Jogo da confiança	<i>Dividir os jovens em dois grupos. Cada grupo faz um pequeno círculo. Um dos jovens se coloca no centro, fecha os olhos, se deixa cair confiando nos outros para segurá-</i>	15 min
4. Exercícios praticos : Cooperação/solidariedade	O animador afixa a primeira parte na parede e formula as perguntas seguintes :	30 min
Primeira parte (documento em anexo 3)	► Como podemos explicar o comportamento dos burros? ► Qual pode ser a solução para que os burros consigam comer a erva?	

Última parte (documento em anexo 4)

O animador mostra depois a última parte do desenho e lança o debate :

- ▶ Quais são as outras palavras ou expressões que significam unir forças?
- ▶ Quais são as atividades de cooperação que vocês praticam no dia a dia?
- ▶ Quais são as qualidades, competências, saber-fazer necessários para cooperar com alguém?

Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.

15 min

5. Avaliação da sessão

6. Apresentação da próxima oficina sobre a cidadania – os participantes se cumprimentam antes de ir embora.

Apresentado pelo animador.

10 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Folha grande em papelão para a carteira do grupo
- Folhas de papel qigante

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

1. Definição do grupo
2. Quadro sobre a identidade do grupo
3. Primeira parte do exercício sobre a cooperação
4. Segunda parte do exercício

Anexo 1 : definição do grupo

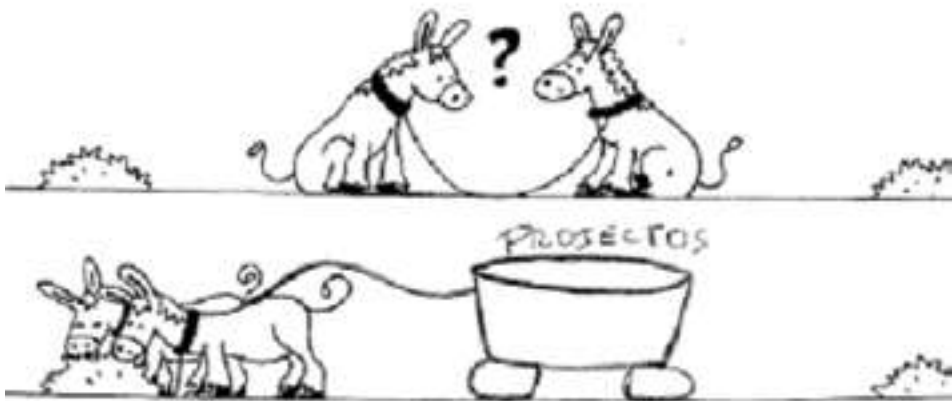
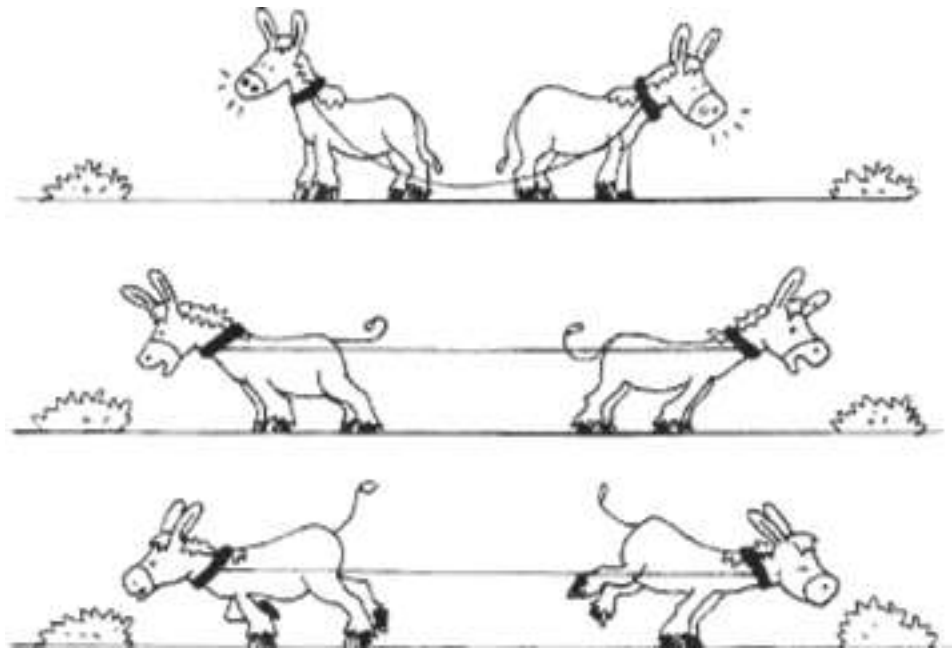
Em sociologia, o grupo é um sistema de relações sociais e de interações entre pessoas.

Ele pode também ser definido como um conjunto de pessoas que dividem algumas características, interagem uns com os outros, aceitam os direitos e obrigações enquanto membro do grupo e compartilham uma identidade em comum.

Para que um grupo social exista, é preciso que os indivíduos que o compõe se considerem parte da totalidade do grupo. Alguns membros do grupo podem compartilhar interesses, valores, origens étnicas ou linguísticas em comum.

Anexo 2 : quadro sobre a identidade do grupo

Identidade do grupo	Valores do grupo	Missão do grupo	Regras de funcionamento do grupo
•Nome •Slogan •Lugar •Data	Respeito do outro...	•Aprender a viver juntos...	•Pontualidade •Escuta •Limpeza da sala antes de sair •Se cumprimentar...



MES 1 : SER E CONVIVER

FICHA DE ATIVIDADE 4 : CIDADANIA

DATA : DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Estabelecer a carteira de identidade do país
 - Explicar o conceito de cidadania aos jovens
 - Explicar a importância de ser reconhecido e registrado como cidadão

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
« Quebra gelo » : o jogo da boneca	O grupo forma um círculo e pega uma boneca. Se passa essa boneca a cada participante, cada um deverá fazer uma ação com a boneca (um beijo, puxar as orelhas dela...). Depois, se faz a segunda rodada e cada um deverá fazer no seu vizinho o gesto que ele ou ela fez na boneca.	10 min
1. Recapitulação sobre a última oficina sobre o grupo	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar a última oficina, sobre o grupo.	15 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando menino e menina.	10 min
3. Temática : A cidadania	O que é a cidadania ? O que quer dizer ser cidadão ? Chuva de ideias com os adolescentes sobre a noção de cidadania (ver definição em anexo). + alguns jovens voluntários são convidados a apresentar os cidadãos de outros países que eles conhecem.	30 min
	A carteira de identidade do país Em pequenos grupos, propor a reflexão sobre a carteira de identidade do país. Utilizar a mesma forma que a carteira de identidade nacional. (ver em anexo). + Um voluntário de cada grupo vai apresentar a carteira de identidade do seu grupo. + coletar as propostas em grupo aberto para elaborar uma carteira de identidade do país numa folha grande de papelão a afixar na parede.	45 min
4. Exercício prático : Os documentos de identidade	O animador pergunta aos adolescentes : •Quais são os documentos de identidade ? Onde podemos fazê-los ? quanto custa ? •Vocês têm seus próprios documentos de identidade ? •Qual é a idade legal da maioridade ? da escolaridade obrigatória ? •Qual é a idade legal para se casar ? para trabalhar ?	45 min

	+ Lançar o debate sobre : •Como ser um bom cidadão na minha comunidade? •O que podemos fazer no nosso bairro? O animador pode orientar o debate com as perguntas seguintes : ▶ Como favorecer os valores cívicos fundamentais de honestidade, de respeito mútuo, de compreensão, de justiça, de tolerância, de responsabilidade dos seus próprios actos? ▶ O direito de participação dos jovens ▶ A rede dos veteranos ▶ Dar o exemplo do conselho dos jovens nos outros países (índia, brasil, africa do sul...)	
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre os direitos da criança – Os participantes se cumprimentam antes de partir	Apresentação pelo animador.	10 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Uma boneca para o quebra-gelo inicial
- Uma folha de papelão gigante para a carteira de identidade do país
- Folhas de papel gigante (paperboard)

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

1. Definição
2. Preparar a carteira de identidade do país a ser preenchida pelos adolescentes
 - ▶ Importante : preparar a carteira no mesmo formato que a carteira de identidade nacional
3. Quadro prático sobre os documentos de identidade (a distribuir para cada adolescente)

Anexo 1 : definição

A cidadania é o estado ou a qualidade de cidadão. Ela permite ao indivíduo de ser reconhecido como membro de uma sociedade ou de um Estado e de participar da vida política.

A cidadania dá acesso ao conjunto de direitos políticos, criando deveres, permitindo participar da vida cívica de uma sociedade ou comunidade política, por oposição ao fato de ser um simples residente. Em geral a cidadania está ligada ao direito de voto. Em uma sociedade democrática, a cidadania é também um dos componentes da ligação social, notadamente por causa da igualdade dos direitos que é associada a ela.

Anexo 2 : carteira de identidade do país
(a preparar no mesmo formato que a carteira de identidade nacional)

Nome	
Divisa nacional	
Cores da bandeira	
Fronteiras	
População	
Superfície	
Região (África austral, central...)	
Nº de províncias	
Moeda	
Data da independência	
Nome do primeiro chefe de Estado	
Língua oficial	
Nome do pai da Nação	
Nome de um cineasta do país	
Nome de um grupo de música tradicional	

Anexo 3 : Quadro prático « documentos de identidade »
(a completar pelo animador e distribuir aos jovens)

Documentos oficiais do estado civil	Onde fazer ?	Preço	Prazo	Documentos necessários
Certidão de nascimento				
Carteira de identidade				
Passaporte				
Outro documento ?				



MES 1 :
FICHA DE ATIVIDADE 5 :
SER E CONVIVER
DIREITOS DA CRIANÇA

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Explicar aos adolescentes os conceitos de direitos e deveres da criança
 - Ensinar aos adolescentes a citar os direitos fundamentais
 - Responsabilizar os jovens pela aplicação desses direitos no bairro.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
1. Recapitulação sobre a última oficina sobre a cidadania	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam na última oficina, sobre a cidadania.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando menino e menina.	10 min
Jogo dos bombons <i>Em grupos pequenos, uma caixa de bombons cheia de bombons para cada grupo. Os jovens jogam o dado um de cada vez.</i>	Regras do jogo : 1ª parte •1 ou 2 : sem bombons ; •3 ou 4 : pega 3 ou 4 bombons na próxima rodada ; •5 ou 6 : pega 5 ou 6 bombons de uma vez. <i>Depois de algumas rodadas, pedir aos jovens para dar seus bombons ao vizinho da direita. Depois de algumas rodadas, pedir aos jovens para dar todos os bombons àquele que realizar o maior número no dado.</i> . Regras do jogo : 2ª parte <i>Pedir a cada grupo para pensar em novas regras para este jogo que lhes pareçam mais justas.</i>	20 min
3. Temática : Os direitos da criança	Em pequenos grupos, os jovens imaginam que eles vão viver em uma ilha deserta, onde nela existe nenhuma lei, nem nenhuma história. Eles pensam sobre os 10 direitos mais importantes e elaboram uma lista que será aplicada para todos os jovens da ilha. + Convidar cada grupo a apresentar sua lista de direitos por um representante do grupo. + Juntar as listas para elaborar uma lista global com todos os direitos mencionados no papel gigante. Convidar cada adolescente a ler um artigo da convenção um de cada vez (<i>ver em anexo 1</i>).	50 min

4. Exercício Prático : A Convenção Internacional dos Direitos da Criança	Comparar a lista dos direitos elaborada pelo grupo e a convenção internacional e estabelecer uma lista das diferenças e das semelhanças entre as 2 listas de direitos no paper gigante. Reflexão sobre as perguntas seguintes : • O conceito de direitos e deveres e a responsabilidade dos jovens (ver anexo 2) • Onde começa a aplicação dessa declaração ? O que podemos fazer na nossa comunidade ? • Quais são os direitos que são menos respeitados na minha comunidade ?	60 min
Para concluir	Os jovens refletem em 5 ações que eles vão realizar no bairro para uma melhor aplicação da Convenção Internacional dos Direitos da Criança. + <i>Elaborar um plano de ações</i> + Escutar a canção dos direitos da criança (Cf. anexo 3)	
5. Avaliação do encontro	Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar	20 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre os Objetivos de desenvolvimento para o novo milênio.	<i>Apresentação pelo animador.</i>	10 min

MATERIAL NECESSARIO :

- papel gigante + canetas marcadoras
- caixa de bombons + bombons

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

1. A Convenção Internacional dos Direitos da Criança (A distribuir para cada jovem)
- 2.O alfabeto dos direitos e deveres da criança (A distribuir para cada jovem)

► **Contatar a Ligua nacional dos direitos para obter exemplares da convenção.**

SUGESTÃO DE ATIVIDADE COMPLEMENTAR :

Criar um conselho das crianças paralelamente às oficinas para tratar dos conflitos que surgirem entre os jovens. Deixar os jovens decidir eles mesmos as regras e como funciona esse conselho.

► **Existem conselhos municipais das crianças no Brasil e na França.**

1. A Convenção Internacional dos Direitos da Criança (Versão simplificada)

« A criança não se torna homem, ela já é » (Janusz Korczak)

A Convenção Internacional dos Direitos da Criança

- Adotada pela Assembleia geral das Nações Unidas no dia 20 de novembro de 1989.
- Ratificada por 191 Estados dos 193, só os Estados-Unidos e a Somália não a ratificaram.
- Texto fundador que consagra o reconhecimento da criança enquanto sujeito de direitos.
- Vocação universal, levando em conta a importância das tradições e dos valores culturais de cada povo.
- 54 artigos que anunciam os direitos fundamentais das crianças e as obrigações dos Estados para aplicá-las.
- Consagra a noção de interesse superior da criança.

Artigo 1° - Definição da criança

Todas as pessoas que não têm 18 anos são consideradas como crianças. As crianças de 3 anos, assim como os adolescentes de 17 anos são protegidas pela Convenção.

Artigo 2° - Não discriminação

Cada criança beneficia de seus direitos. Pouco importa que você seja branco ou negro, pobre ou rico, válido ou portador de necessidades especiais, os direitos da criança são para todas as crianças.

Artigo 3° - Superior interesse da criança

Quando os adultos tomam decisões, eles devem sempre tomar em conta em primeiro lugar o superior interesse da criança.

Artigo 4° - Implementação dos direitos

Todos os países do mundo devem fazer de tal modo que os artigos da Convenção sejam respeitados.

Artigo 5° - Responsabilidade

O respeito dos direitos da criança é antes de tudo um dever dos pais e das famílias

Artigo 6° - Vida, sobrevivência e desenvolvimento

Você tem o direito de estar e permanecer em vida, bem como de poder crescer nas melhores condições possíveis.

Artigo 7° - Nome e nacionalidade

Você tem o direito de ter um nome desde o nascimento, e este nome deve ser reconhecido nacionalmente pelo governo. Você tem o direito de ter uma nacionalidade e de ser educada pelos seus pais.

Artigo 8° - Preservação da identidade

Cada criança deve poder conservar seu nome, seu domicílio e sua família.

Artigo 9

Cada criança tem o direito de viver com seus pais. Se não for possível porque os pais estão/são ausentes ou porque eles a maltratam, a criança conserva o direito de saber onde seus pais estão e pode continuar a vê-los.

Artigo 10° - Reunificação da família

Se você não vive no seu país de origem, você tem o direito de viver no mesmo lugar que os seus pais.

Artigo 11 - Deslocação da criança

Uma criança não pode ser levada para longe de seus pais sem o acordo dela. Ela não pode ficar retida fora do país, pois isso é um sequestro.

Artigo 12° - Direito de opinião

Cada criança tem o direito de expressar a sua opinião. Os adultos devem tomar em consideração essa opinião. Antes de tomar uma decisão importante que tenha relação com a criança, tem que se perguntar a opinião dela.

Artigo 13° - Liberdade de expressão e informação

Cada criança tem o direito de ser informada e de compartilhar o que ela pensa com os outros falando, desenhando, escrevendo ou de qualquer outra maneira, com tanto que isto não fira ou ofenda os outros.

Artigo 14° - Liberdade de pensamento, consciência e religião

Cada criança tem o direito de ter uma opinião sobre o mundo e as pessoas. Ela tem o direito de escolher sua religião e suas crenças. Seus pais devem ajudá-la a decidir sem forçá-la.

Artigo 15° - Liberdade de associação

Cada criança tem o direito de escolher os seus amigos, de fazer parte ou de formar grupos, com tanto que isto não prejudique os outros.

Artigo 16° - Direito a privacidade

Cada criança tem o direito de ter uma vida privada. Ninguém pode, sem a permissão dela, violar esta intimidade.

Artigo 17° - Acesso à informação apropriada

Cada criança tem o direito de saber o que é importante para o seu bem estar. O rádio, os jornais, os livros, os computadores, por exemplo, devem transmitir a ela esta informação. Os adultos devem assegurar que a informação é positiva e ajudá-la a encontrar e a compreender a informação que ela precisa.

Artigo 18° - Responsabilidade dos pais

Cada criança tem o direito de ser criada pelos seus pais. Esta tarefa é tanto do pai quanto da mãe. Se os pais não podem assegurar este papel, alguém será nomeado para substituí-los. Durante as horas de trabalho, as crianças devem se beneficiar de um serviço de acolhimento.

Artigo 19° - Proteção contra abuso e negligência

Ninguém pode maltratar uma criança. É necessário fazer com que a criança não seja agredida, nem insultada, nem pelos seus pais. Estes últimos devem lhe dar o que ela precisar.

Artigo 20° - Protecção das crianças sem família

Se uma criança não pode morar com seus pais, ela deverá ser posta no seio de outra família ou em uma instituição com outras crianças.

Artigo 21° - Adoção

Quando uma criança que não pode mais viver com seus pais recebe pais novos, fala-se de adoção. Isto só pode ser feito através da lei e se a vida da criança for melhorar. Se a adoção no seu próprio país não for possível, as crianças podem ser adotadas em outro país.

Artigo 22° - Crianças refugiadas

As vezes, algumas crianças são forçadas a fugir de casa por diferentes motivos tais como a fome ou a guerra. Estas crianças têm o direito que nós as ajudemos a sobreviver e a reencontrar a família delas.

Artigo 23° - Crianças deficientes

Cada criança portadora de necessidades especiais tem o direito a cuidados e a protecção especial. É necessário ajudá-la a se desenvolver o máximo possível como uma criança não portadora de necessidades especiais. Os pais de uma criança portadora de necessidades especiais devem receber ajuda.

Artigo 24° - Direito aos cuidados de saúde

Cada criança tem o direito aos melhores cuidados de saúde

possível, a água potável, as alimentos nutritivos, a um meio ambiente limpo, e claro, a informação que possa ajudá-la a permanecer saudável. Seus pais devem protegê-la contra as doenças e os acidentes e levar ao médico quando for necessário. As mulheres grávidas e os recém-nascidos têm direito a cuidados especiais para permanecer em vida e em saúde. Cada criança tem o direito a água potável e a uma boa comida. As crianças não podem ser expostas ao perigo por causa da poluição. As crianças e os adultos têm o direito de saber como permanecer em saúde.

Artigo 25° - Verificação periódica da colocação

A criança que não mora com seus pais deve ser cuidada corretamente. Isto deve ser feito sob o controle das autoridades.

Artigo 26° - Segurança social

Cada criança deve ser protegida da pobreza. Seus pais devem receber uma ajuda do governo se eles não têm dinheiro suficiente para criá-la e sustentá-la.

Artigo 27° - Qualidade de vida

Cada criança tem que ter o que for necessário para se desenvolver. Se seus pais têm dificuldade para alimentá-la, vesti-la ou oferecer um teto, eles têm o direito de ser ajudados.

Artigo 28° - Educação

Cada criança tem o direito e a obrigatoriedade de ir a escola até uma certa idade. Ela deve ir à escola tão longe quanto as suas capacidades permitirem. A escola deve ser gratuita para as crianças de menos de 12 anos.

Artigo 29° - Objetivos da educação

As crianças devem poder aprender diferentes coisas na escola. Elas devem aprender, por exemplo, a viver em paz, a proteger o meio ambiente e a respeitar as outras pessoas. A escola é importante para preparar a vida adulta.

Artigo 30° - Crianças indígenas ou de minorias étnicas

Cada criança tem o direito de ter, ou de escolher, sua cultura, sua língua e sua religião.

Artigo 31° - Direito a brincar

Cada criança tem o direito de ter tempos livres (jogos, esportes,...) e de descansar.

Artigo 32° - Trabalho infantil

Cada criança tem o direito de ser protegida contra o trabalho que prejudica a sua saúde ou que a impede de ir à escola. Se as crianças trabalham, elas têm o direito de estar em segurança e de receber um salário digno.

*Janusz Korczak (1878-1942) : Pedagogo polonês inovador e pai espiritual da Convenção dos direitos da criança.

Artigo 33° - Uso de drogas

As crianças têm o direito de estar protegidas contra a droga. Elas não podem comprar, vender ou produzir. Os pais devem mostrar o exemplo.

Artigo 34° - Exploração sexual

As crianças devem estar protegidas contra os abusos sexuais.

Artigo 35° - Rapto, venda e tráfico

Ninguém tem o direito de retirar, nem de sequestrar ou de vender uma criança.

Artigo 36° - Outras formas de exploração

Os adultos não podem obrigar uma criança a fazer algo de perigoso.

Artigo 37° - Tortura, pena de morte, privação da liberdade

As crianças que cometeram algum erro nunca poderão ser colocadas em prisão com adultos. A prisão só é aceitável se nada de outro for possível e somente se a criança presa não for maltratada. Neste caso, seus pais devem poder continuar a vê-lo e ele deve receber ajuda. As crianças nunca poderão ser condenadas a morte ou a perpetuidade. Os juizes, a polícia e os vigias devem respeitar essas regras.

Artigo 38° - Conflitos armados

Se uma criança vive em uma região de guerra, ela tem o direito de viver em paz e de ser e estar protegida. Se ela tem menos de 15 anos, não se pode obrigá-la a ser soldado, nem de participar em guerra.

Artigo 39° - Reabilitação

Cada criança tendo sido maltratada ou tendo vivido alguma coisa de penoso tem o direito a uma proteção especial.

Artigo 40° - Justiça

Uma criança culpada de um delito deve ser tratada corretamente. É necessário ter provas evidentes de sua culpabilidade. Neste caso, cada criança tem direito a um advogado. O aprisionamento só pode ser utilizado se não existir outra possibilidade.

Artigo 41° - Direitos da criança noutros instrumentos

Se as leis de um país protegem melhor os direitos do que o que prevê a Convenção, são as leis desse país que devem ser aplicadas.

Artigo 42° - Divulgação da Convenção

Os adultos devem informar aos adultos e às crianças sobre os direitos da criança e da Convenção.

Artigo 43° - Comité dos direitos da criança

Regularmente, especialistas sediam juntos no « Comité pelos Direitos da Criança ». Eles tomam conhecimento de todos os textos que publicam todos os países e acrescentam seus comentários.

Artigo 44° - Relatórios de implementação

Os ministros devem redigir textos que provem que eles fazem coisas nos países deles a favor dos Direitos da Criança. Estes textos são enviados ao « Comité para os Direitos da Criança ».

Artigo 45° - Métodos de atividade do Comité

O objetivo é que todo mundo colabore para que os direitos das crianças sejam conhecidos e respeitados no mundo inteiro.

Artigo 46° - Livre assinatura

Todos os países podem assinar uma Convenção dos Direitos da Criança.



•Todas as crianças têm direitos, é importante que elas saibam e que converse a respeito com seus amigos.

•Os direitos são os mesmos para todas as crianças (sem discriminação)

•Todos os direitos têm a mesma importância!

•Seu país ratificou a Convenção Internacional dos Direitos

2. O Alfabeto dos Direitos e Deveres da Criança* (A distribuir para cada jovem)

Jogo :

Realizar cartas de direitos e de deveres. Dividir os participantes em 2 grupos : o grupo dos « Direitos » e o grupo dos « Deveres » e dar uma carta a cada participante (cartas dos direitos aos participantes do grupo « Direitos » e cartas dos deveres aos participantes do grupo « Deveres »). Depois, os 2 grupos devem comunicar para fazer corresponder a cada direito o seu dever e realizar o quadro em cima.

Alimentação DIREITO

A Criança tem direito a uma alimentação saudável e nutritiva. (Art. 24c)

Alimentação DEVER

A Criança tem o Dever de não estragar a comida.

Bem estar DIREITO

A Criança tem direito à proteção e aos cuidados necessários para o seu bem estar. (Art. 14)

Bem estar DEVER

A Criança tem o Dever de respeitar o bem estar dos outros.

Consciência DIREITO

A Criança tem o direito à liberdade de pensamento, consciência e de religião. (Art. 14)

Consciência DEVER

A Criança não tem o direito de fazer tudo o que ela tem vontade, nem de pegar o que ela quiser.

Dignidade DIREITO

A Criança tem direito ao respeito devido à dignidade humana em todas as circunstâncias. (Art. 28-2, 37, 39, 40)

Dignidade DEVER

A Criança tem o Dever de respeitar a dignidade dos outros.

Educação DIREITO

A Criança tem o direito à educação. (Art. 28, 29)

Educação DEVER

A Criança tem o dever de ir à escola, de respeitar os professores e seus camaradas.

Família DIREITO

A Criança tem o direito de viver com sua família. (Art. 5, 9, 19, 18)

Família DEVER

A Criança tem o dever de respeitar a sua família e seus próximos como ela é respeitada pela mesma.

Garantia DIREITO

Os direitos da criança são garantidos sem nenhuma restrição. (Art. 2)

Garantia DEVER

A Criança tem o dever de evitar a discriminação entre as pessoas

Honra DIREITO

A criança tem o direito à proteção da lei contra as infrações à sua honra, à sua reputação e à sua vida privada. (Art. 16)

Honra DEVER

A Criança tem o dever de se conformar com as leis que regem a sociedade para proteger a sua honra, sua reputação e sua vida privada...

Identidade
DIREITO
A Criança tem direito à sua identidade bem como à sua nacionalidade e à suas relações familiares. (Art. 8)

Identidade
DEVER
A Criança tem o dever de aceitar sua raiz e sua cultura.

Jovem
DIREITO
Uma Criança é todo ser humano de menos de 18 anos. (Art. 1)
Ela tem direito à brincadeiras e aos amigos da sua escolha.

Jovem
DEVER
A Criança tem o dever de cuidar das brincadeiras, de evitar as brincadeiras perigosas e de ser honesto com seus amigos.

Quermesse como Festa
DIREITO
A Criança tem o direito à festa, à dança, à florescer. Todas as crianças são iguais em direitos. (Art. 23, 30, 41)

Quermesse como Festa
DEVER
A Criança tem o dever de desabrochar e velar o florescer dos outros.

Liberdade
DIREITO
A Criança tem o direito à liberdade de expressão, de associação e de reuniões pacíficas. (Art 13, 15)

Liberdade
DEVER
A Criança tem o dever de respeitar a liberdade de expressão dos outros e de evitar grupos que põem a sua vida e a dos outros em perigo.

Medidas
DIREITO
Medidas devem ser tomadas para os direitos da criança. (Art. 4)

Medidas
DEVER
A Criança tem o dever de conhecer e de respeitar os direitos da criança.

Nome, Nacionalidade
DIREITO
A Criança tem o direito a um nome e uma nacionalidade. (Art. 7)

Nome, Nacionalidade
DEVER
A Criança tem o dever de amar a sua nacionalidade.

Opinião
DIREITO
A Criança tem o direito de expressar livremente a sua opinião sobre todo assunto que lhe interessar, as opiniões da criança dever ser devidamente levadas em consideração respeitando a sua idade e o seu grau de maturidade. (Art. 12)

Opinião
DEVER
A Criança tem o dever de respeitar a opinião dos outros e de aceitar escolhas diferentes da sua.

Proteção/Participação
DIREITO
A Criança tem o direito a uma proteção contra : A violência, a droga, o sequestro, a exploração econômica e sexual, e em caso de conflito armado. (Art. 32, 33, 34, 35, 36, 38)

Proteção/Participação
DEVER
A Criança tem o dever de evitar a violência, o uso de substâncias tóxicas na sua saúde e nem deve utilizá-las nos outros.

Qualidade de vida
DIREITO
A Criança tem o direito a um nível de vida satisfatório para o seu desenvolvimento harmonioso. (Art. 27)

Qualidade de vida
DEVER
A Criança tem o dever de não destruir, nem danificar os bens públicos.

Substituição
DIREITO
A Criança sem família tem direito a uma proteção de substituição. (Art. 21, 22)

Substituição
DEVER
A Criança tem o dever de acolher a família de substituição.

Saúde, Segurança
DIREITO
A Criança tem direito à saúde e à segurança. (Art. 24, 25, 26)

Saúde, Segurança
DEVER
A Criança tem o dever de não destruir nem danificar as instalações sanitárias e de segurança.

Tolerância
DIREITO
A Criança deve ser criada em um espírito de tolerância. (Art. 29)

Tolerância
DEVER
A Criança tem o dever de tolerar as outras crianças e os adultos.

Unidade
DIREITO
O acesso aos meios de comunicação para o seu desenvolvimento cultural e social é legítimo. (Art. 17)

Unidade
DEVER
A Criança tem o dever de participar no desenvolvimento cultural e social.

Vida
DIREITO
A Criança tem direito a vida. (Art. 6)

Vida
DEVER
A Criança tem o dever de respeitar a sua vida e a vida dos outros.

Fim de semana
DIREITO
A Criança tem direito ao repouso e ao lazer. (Art 31)

Fim de semana
DEVER
A Criança tem o direito de respeitar e de aproveitar o tempo de repouso e de lazer que lhe é oferecido e de não perturbar o dos outros.

Xenofilia
DIREITO
A Criança é educada em um espírito de amizade com os outros povos. (Art. 29c)

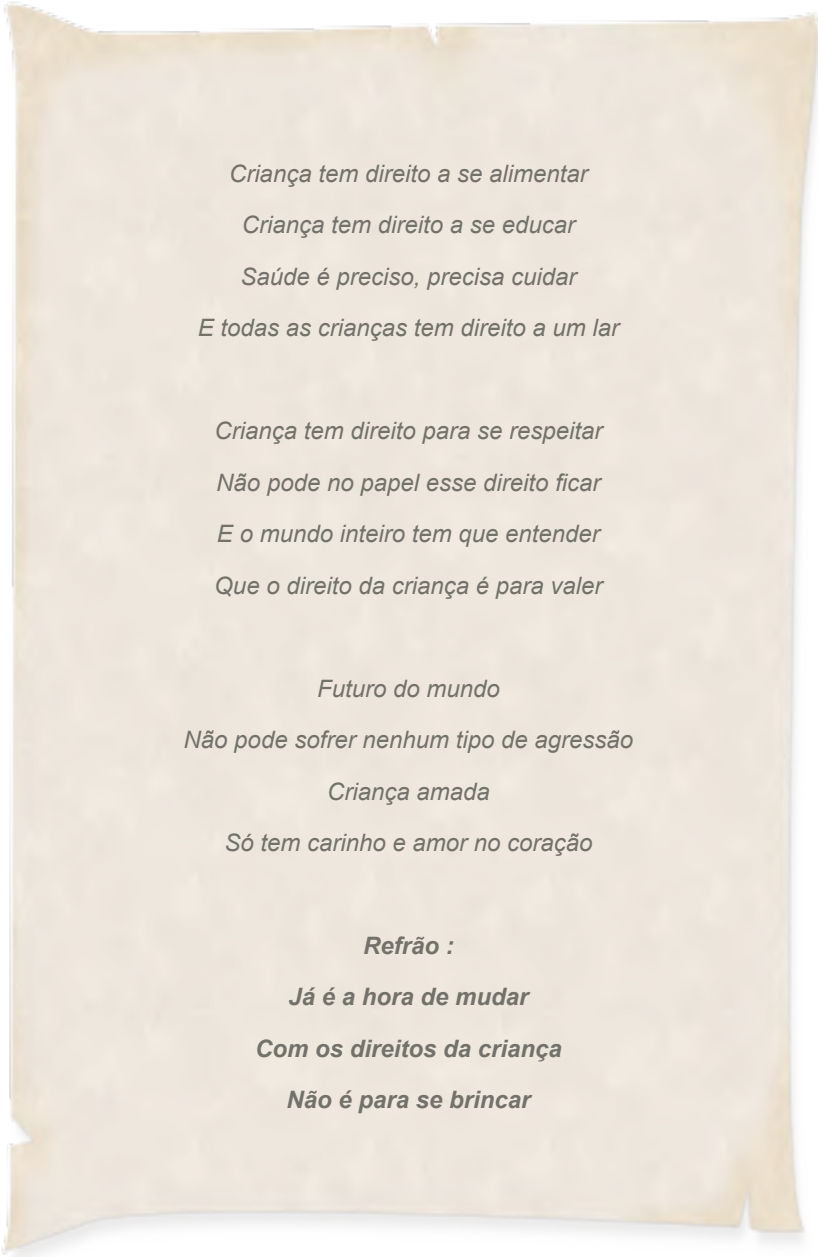
Xenofilia
DEVER
A Criança guarda um espírito de amizade para com as outras crianças.

Irmã do Yondo ou sua cultura
DIREITO
A Criança tem direito a sua própria cultura. (Art. 30)

Irmã do Yondo ou sua cultura
DEVER
A Criança tem o dever de aceitar a sua própria cultura.

Zonas
DIREITO
Os direitos da Criança serão conhecidos e praticados em todas as zonas do país. (Art. 42)

Zonas
DEVER
Os deveres da Criança serão conhecidos e praticados por todas as crianças e em todas as zonas do país.



Criança tem direito a se alimentar

Criança tem direito a se educar

Saúde é preciso, precisa cuidar

E todas as crianças tem direito a um lar

Criança tem direito para se respeitar

Não pode no papel esse direito ficar

E o mundo inteiro tem que entender

Que o direito da criança é para valer

Futuro do mundo

Não pode sofrer nenhum tipo de agressão

Criança amada

Só tem carinho e amor no coração

Refrão :

Já é a hora de mudar

Com os direitos da criança

Não é para se brincar

MES 1 : SER E CONVIVER

FICHA DE ATIVIDADE 6 : OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO DO MILÊNIO

DATA :		DURAÇÃO : 3H			
OBJETIVOS :					
- Ensinar aos adolescentes o conceito dos objetivos de desenvolvimento do milênio (ODM) - Propor reflexão/fazer reflectir sobre a aplicação dos Objetivos Do Milênio					
ETAPAS		METODOLOGIA		DURAÇÃO	
« Quebra-gelo » : Jogo das mãos tensas		O animador se coloca no centro da sala e dá a mão propondo um tema que ele gosta relacionado com os temas do percurso, depois dá a outra mão e propõe outro tema. Um adolescente que gosta de um dos temas pega na mão e propõe um tema que ele gosta e assim sucessivamente. No final do jogo, todos estão de mãos tensas e formam uma corrente humana.		20 min	
1. Recapitulação da última oficina sobre os direitos da criança		Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam na última sessão sobre os direitos da criança.		10 min	
2. Escolher o líder do dia		Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre meninos e meninas.		5 min	
3. Temática : Os 8 objetivos de desenvolvimento do milênio		O animador apresenta os 8 objetivos de desenvolvimento do milênio (Ver em anexo).		20 min	
		Dividir os adolescentes em 8 grupos. Cada grupo recebe uma carta que representa um Objetivo Do Milênio e prepara uma improvisação com a ajuda de palavras « chave » para apresentar o ODM. Os animadores vão ajudar e orientar os adolescentes na preparação. A improvisação deve ser curta : 5 minutos no máximo.		20 min	
		+ Cada grupo realiza sua improvisação e os outros grupos devem adivinhar que ODM é.		40 min	
4. Exercício prático : Um 9º ODM do Percurso cidadão ?		Reflexão e desenho Em pequenos grupos, os jovens vão realizar uma oficina criativa e criar um cartaz para apresentar uma das opções seguintes : - Um ODM relacionado com os direitos da criança. - O 9º ODM que eles gostariam de ver aplicado no percurso cidadão pelo grupo.		50 min	

5. Avaliação do sessão

Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.

10 min

6. Apresentação do próximo mês sobre a adolescência

Apresentado pelo animador.

5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante+ marcadores
- Pequenas folhas em papelão para realizar as cartas do jogo sobre os Objetivos Do Milênio
- Lápis de cor, revistas, tesoura, massa de modelar... para os cartazes

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

► *O jogo sobre os Objetivos do Milênio :
preparar cada carta dos 8 ODM em uma folha pequena em papelão antes da oficina*

SUGESTÃO DE ATIVIDADE COMPLEMENTAR :

► *Utilizar os cartazes sobre os Objetivos Do Milênio realizados na oficina para divulgar os ODM na comunidade estimular reflexão sobre o que nós podemos fazer no nosso bairro para mudar o mundo.*

1. Os Objetivos de Desenvolvimento do Milênio (ODM)

O mundo não vai muito bem, todo mundo sabe, todo mundo fala.

► Mas o que podemos fazer para mudar isso ?

Já começou com os 8 Objetivos do Milênio, adotados pela Organização das Nações Unidas em 2000, para melhorar a qualidade de vida de todos. Os 191 Estados membros da ONU se engajaram a realizá-los até 2015.

► Juntos, nós podemos mudar nossa escola, nossa rua, nosso bairro, nossa cidade, nosso país.

ODM 1 - Erradicar a extrema pobreza e a fome



Constatação :

1,3 bilhões de seres humanos vivem com menos de 1 dólar por dia.

Alvo para 2015 :

- Reduzir pela metade a proporção da população que vive com menos de 1 dólar por dia.
- Reduzir pela metade a proporção da população que sofre com a fome.

ODM 2 - Atingir o ensino básico universal



Constatação :

Nas nações mais pobres, uma criança sobre cinco não tem acesso à educação básica.

Alvo para 2015 :

Dar a todas as crianças, meninos e meninas, no mundo inteiro, os meios de terminar um ciclo completo de estudos primários.



ODM 3 - Promover a igualdade dos sexos e a autonomia das mulheres.

Constatação :

Dos 876 milhões de adultos analfabetos no mundo, dois terços são mulheres.

Alvo para 2015 :

Eliminar a disparidade entre os sexos nos ensinos básico e secundário.



ODM 4 - Reduzir a mortalidade na infância.

Constatação :

30.000 de crianças de menos de 5 anos morrem cada dia de doenças que se podem evitar.

Alvo para 2015 :

Reduzir em dois terços a mortalidade das crianças de menos de 5 anos.



ODM 5 - Melhorar a saúde materna

Constatação :

Cerca de meio milhão de mulheres morrem todos os anos durante a gravidez ou o parto.

Alvo para 2015 :

Reduzir em três quartos a taxa de mortalidade materna.



ODM 6 - Combater o HIV/AIDS, a malária e outras doenças.

Constatação :

Mais de 45 milhões de pessoas no mundo estão contaminadas pelo HIV.

Alvo para 2015 :

Parar com a propagação do HIV/AIDS, da malária e de outras grandes doenças, e começar a inverter a tendência atual.



ODM 7 - Garantir a sustentabilidade ambiental

Constatação :

Cerca de 60 % dos ecossistemas naturais estão em via de degradação ou de exploração pondo em perigo a alimentação, a água, a pesca, a qualidade do ar, a regulação do clima e a proteção contra as catástrofes naturais e os parasitas.

Alvos :

- Integrar os princípios do desenvolvimento sustentável nas políticas nacionais e inverter a tendência atual de desperdício dos recursos naturais.
- Reduzir pela metade, até 2015, o número de pessoas que não têm acesso à água potável (ou seja, 1 pessoa a cada 6 no mundo).
- Conseguir, até 2020, melhorar sensivelmente a vida de no mínimo 100 milhões de habitantes de bairros degradados.



ODM 8 - Criar uma parceria mundial para o desenvolvimento

Constatação :

O reconhecimento da interdependência entre o Norte e o Sul não se traduz unicamente pela criação de compromissos em comum, fora de políticas setoriais orientadas.

Alvos :

- Compromisso a favor de um bom governo, do desenvolvimento e da luta contra a pobreza, no nível tanto nacional que internacional.
- Aplicação de um programa reforçado de redução da dívida dos países pobres muito endividados.
- Formular e aplicar estratégias que permitam aos jovens encontrar um trabalho decente.
- Em cooperação com a indústria farmacêutica, tornar os medicamentos essenciais disponíveis e acessíveis nos país em desenvolvimento.
- Em cooperação com o setor privado, fazer com que as vantagens das novas tecnologias, em particular das tecno- logias da informação e da comunicação, sejam atribuídas a todos.

2. Jogo sobre os ODM (cartas a serem preparadas antes da oficina em folhas de papelão)

▶ Distribuir uma carta a cada um dos 8 grupos que deve preparar uma improvisação com a ajuda de palavras « chave » para apre- sentar o Objetivo Do Milênio. A improvisação deve ser curta : 5 minutos no máximo. Durante a restituição, os outros grupos de- vem adivinhar de qual ODM se trata. Pode ser seguido de um mini-debate entre os autores da improvisação e os outros grupos.

ODM 1
▶ LUTA CONTRA
A POBREZA E A FOME

1. necessidades vitais
2. batatas doces
3. zonas rurais
4. limite de pobreza
5. pesado
6. 1 dolar por dia
7. produção
8. alimentos agrícolas
9. mandioca
10. a fome

ODM 2
▶ EDUCAÇÃO BÁSICA
PARA TODOS

1. livros
2. ônibus escolar
3. professor / professora
4. borracha
5. recreação
6. cultura
7. escola
8. lápis
9. blusa
10. amarelinha

ODM 3
▶ IGUALDADE DE
GÊNERO

1. interdição
2. violência
3. feminismo
4. mamãe
5. diferenças
6. cozinha
7. discriminações
8. trabalho
9. clichês
10. independência
11. trabalho de força com água e madeira

ODM 4
▶ REDUÇÃO DA MORTA-
LIDADE INFANTIL

1. desnutrição
2. sono
3. disenteria
4. medicamentos
5. doutor
6. leite em pó
7. progresso
8. carinhos
9. amamentação materna
10. vacinação

ODM 5
▶ MELHORA DA SAÚDE
MATERNA

1. amamentação
2. diagnóstico
3. ervas medicinais
4. parto tradicional
5. gravidez
6. cama
7. barriga grande
8. ecografia
9. contracepção

ODM 6
▶ LUTA CONTRA AS
DOENÇAS

1. medicina tradicional
2. tuberculose
3. anopheles
4. febre
5. feridas
6. pequenas pílulas azuis
7. dispensário
8. mosquito listrado
9. picada
10. camisinhas

ODM 7
▶ MEIO AMBIENTE SUS-
TENTÁVEL

1. poluição
2. efeito estufa
3. urso polar
4. antártica
5. ecológico
6. mudanças climáticas
7. biodiversidade
8. água potável
9. lontra gigante
10. recursos

ODM 8
▶ PARCERIA MUNDIAL

1. países do G8
2. Porto Alegre
3. trocas
4. ajuda ao desenvolvi- mento
5. dívida
6. cidadania mundial
7. solidariedade
8. mundialização
9. altermundialismo
10. desigualdade
11. responsabilidade social das empresas

MÊS 2 : A MINHA ADOLESCÊNCIA
FICHA DE ATIVIDADE 1 : O QUE É A ADOLESCÊNCIA ?

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Ajudar os jovens a descrever e expressar as principais mudanças físicas e mentais durante a puberdade
- Ajudar os jovens a analisar as mudanças sociais que afetam os meninos e as meninas durante a adolescência (preparação para a noção de gênero)

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo das diferenças e pontos em comum	Todos se sentam em um círculo de cadeiras com uma pes- soa de pé no meio. <i>1ª parte</i> : a pessoa do meio deve dizer uma característica comum dela e de outras pessoas do grupo. Todas as pes- soas que possuem essa característica se levantam e ten- tam sentar em outra cadeira. A pessoa que fica de pé conti- nua o exercicio citando uma outra característica. <i>2ª parte</i> : a pessoa no meio deve dizer desta vez uma carac- terística única que a difere dos outros do grupo. Se outra pessoa também possui a mesma característica, ela se le- vanta e troca de lugar e assim por diante. <i>3ª parte</i> : os participantes se expressam sobre o que eles sentiram.	20 min
1. Recapitulação da última oficina sobre os objectivos do milenio	Alguns jovens voluntários são convidados a falar sobre a última oficina dos ODM.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles- centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática :	O animador introduz a noção de mudanças corporais na adolescência através de um chuva de ideias com as per- guntas seguintes : ▶ O que é a adolescência ? ▶ A maioria dos jovens estão preparados para essas mu- danças ?	20 min
As mudanças corporais	Dividir os adolescentes em pequenos grupos por sexo e distribuir as fichas de informação sobre a puberdade femi- nina e masculina (Anexos 2 e 3). Cada grupo deve criar um material sobre a puberdade des- tinado aos jovens que ainda não se encontram na puber- dade. Este material pode ser no formato de livro, música, cartaz, carta, artigo, etc.	50 min
Criação do material sobre a puberdade		

2. Exercício prático :

As mudanças sociais

Os grupos de meninas vão apresentar as mudanças da puberdade que afetam o sexo feminino e os grupos de meninos, as que afetam o sexo masculino.

► **Importante deixar uma grande parte livre para criatividade**

O animador ajuda os grupos a retificar ou completar as informações incorretas ou que faltam.

+ Restituição. Cada grupo escolhe um porta voz para apresentar o material aos outros grupos.

O material pode ser também apresentado nas escolas durante as atividades multiplicadoras.

Alguns voluntários são convidados a compartilhar uma mudança no tratamento social que eles viveram na puberdade ou na adolescência.

O animador reproduz o quadro do anexo 4 sobre as mudanças sociais afetando os jovens em uma folha de papel gigante. Ele lê em voz alta cada mudança e deixa os adolescentes se expressar para identificar se trata-se de uma mudança afetando mais as meninas ou mais os meninos e porquê ?

Finalizar o encontro com um debate em torno das perguntas seguintes :

► **O que vocês observam nas mudanças que afetam os meninos ?**

► **O quê vocês observam nas mudanças que afetam as meninas ?**

► **O que a sociedade poderia fazer para favorecer uma aproximação melhor com a adolescência ?**

Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, citando 3 pontos que eles aprenderam e discutindo o que consideraram importante e como melhorar.

3. Avaliação da sessão

4. Apresentação da próxima oficina sobre gênero.

Apresentado pelo animador

60 min

10 min

5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- folhas de papel gigante, marcadores, papelão, fio

DOCUMENTOS NECESSARIOS :

1. Definição
2. Ficha de informação sobre a puberdade feminina
3. Ficha de informação sobre a puberdade masculina
4. Mudança mental
5. Mudanças sociais que afetam os jovens

SUGESTÃO DE ATIVIDADE COMPLEMENTAR :

- **Completar esta oficina com uma atividade multiplicadora em uma escola para apresentar o material elaborado na 1ª parte sobre as mudanças físicas na puberdade.**

1. Definição

A adolescência, (do latim adolescere : « crescer »), é uma fase do desenvolvimento físico e mental que ocorre geralmente entre a puberdade e a idade adulta legal, logo após a fase da infância.

Ela traz modificações morfológicas, impressionantes tanto para o ambiente quanto para o adolescente, e de fato, este último se encontra confrontado a uma questão dupla :

- Quem é esse novo indivíduo para mim ? (relacionado aqui essencialmente à esfera física : o adolescente não se reconhece mais);
- Quem é esse novo indivíduo para os outros ? (relacionado mais à organização social, a dificuldade de ser identificado em dois grupos diferentes, isto é, o dos seus semelhantes (adolescentes) e o dos adultos, no qual o olhar é fundamentalmente diferente).

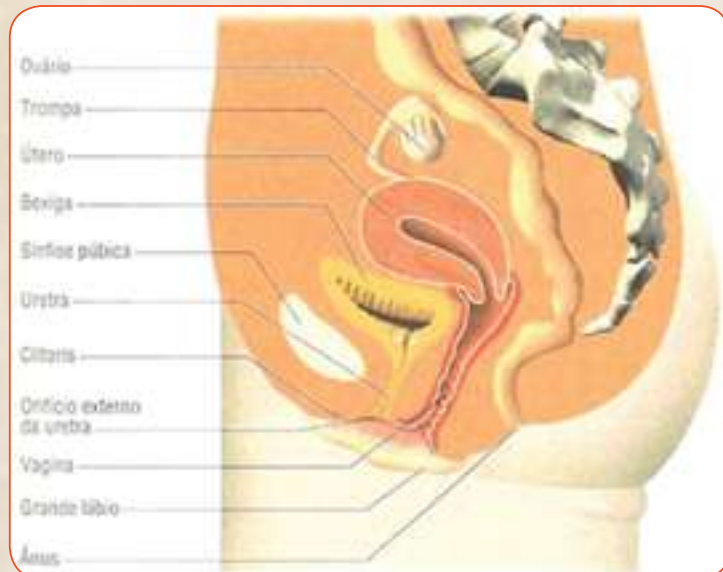


- Na adolescência, tudo muda – ou muitas coisas, tanto no corpo quanto na cabeça. Este período pode ser difícil para o jovem, assim como para os pais.
- Não é importante se desenvolver mais rápido ou mais devagar que os seus colegas. O corpo mudará quando ele estiver pronto e ninguém pode mudar o seu ritmo. Algumas meninas e alguns meninos podem se desenvolver muito mais tarde ou mais cedo que os outros sendo perfeitamente normais e saudáveis

Sherry, 18 anos, Ghana

« Eu estava no quinto ano. Eu não sei se minhas amigas se desenvolveram tarde ou se eu era precoce, mas eu não me senti confortável quando meus seios cresceram. Eu escutei minha mãe dizer que no seu tempo se utilizava um tapoli (um utensílio em madeira para espremer pimenta) para tentar reduzir o tamanho do seio. Foi por isso que eu também tentei talvez três vezes. Eu achei isso meio engraçado e, evidentemente, não funcionou. Mas agora, as que zombavam

2. Ficha de informação sobre a puberdade feminina



Para as meninas, a puberdade começa entre a idade de 8 e 13 anos, cerca de dois anos mais cedo que os meninos. Ela termina entre 16 e 17 anos, ou quando o crescimento do esqueleto terminou.

O que esperar?

- Os seios começam a nascer, primeiramente de um lado. O desenvolvimento completo leva cerca de dois anos.
- Os pêlos pubianos surgem, progressivamente, mais espessos, mais grossos e enrolados.
- Dentro do corpo feminino, a superfície da vagina fica mais espessa e o útero e os ovários crescem.
- A primeira menstruação acontece, geralmente, dois ou três anos depois do início do desenvolvimento dos seios. A menstruação é geralmente irregular durante os dois primeiros anos.
- Pêlos nascem em baixo do braço e o suor adquire um odor de transpiração adulta.
- O colo do útero começa a produzir um muco que escoar pela vagina. Normalmente, esse muco é o sinal de mudanças naturais, traços da fecundidade e da menstruação.

As meninas atravessam também um período de crescimen-

to rápido, a bacia e o quadril ficam mais largos, os tecidos adiposos (gordura) ficam mais espessos e a pele se torna mais oleosa, favorecendo o surgimento de acne.

Como para os meninos, os interesses e os sentimentos das meninas podem mudar na puberdade. Durante os dias que precedem a menstruação, elas sentem frequentemente intensos sentimentos de alegria, de tristeza, de sensibilidade ou de raiva.

A menstruação

A menstruação é natural e normal para uma menina ou uma mulher saudável. A primeira menstruação pode ser um acontecimento feliz, sobretudo quando a menina sabe do que se trata. Muitas vivem de maneira infeliz a chegada da primeira menstruação, de maneira inquieta ou com medo porque ninguém explicou para ela o seu sentido nem o que vai acontecer depois da menstruação. Alguns pais não conseguem falar à vontade sobre o assunto. Em outros casos, a menina absorveu mensagens culturais ou religiosas que associam a menstruação à impureza. Trata-se, então, de uma forma, cujo o corpo se renova e cuida da sua fecundidade.

Durante a menstruação, a menina pode, geralmente, continuar todas as suas atividades comuns. O banho é importante e é necessário lavar a vulva com água e com sabonete suave para eliminar os resíduos do sangue. A maneira como as mulheres absorvem o fluxo menstrual varia de acordo com o lugar. Muitas utilizam absorventes higiênicos para absorver o sangue. Em alguns lugares, elas compram absorventes descartáveis. Em outros, elas utilizam absorventes reutilizáveis feitos de tecidos dobrados, que é importante lavar bem com água e sabão após cada utilização. É importante também de ter um lugar particular (tanto em casa como na escola) para trocar ou lavar seus absorventes.

Muitas meninas e mulheres utilizam tampões (absorventes internos), com ou sem absorventes. Um tampão é uma pequena quantidade de algodão (ou de outro material absorvente) com o formato parecido com o de um dedo, que se insere confortavelmente dentro da vagina para absorver o fluxo menstrual. O tampão deve ser substituído pelo menos duas vezes por dia. Deixar um tampão no local durante mais de um dia pode provocar uma infecção grave e às vezes mortal. (A inserção de um objeto impuro dentro da vagina pode causar uma infecção grave).

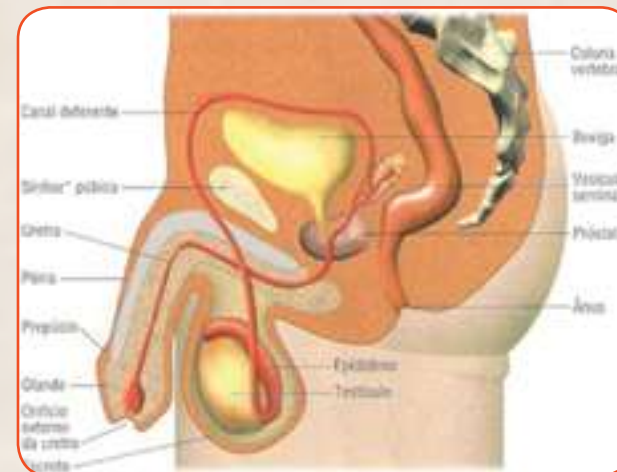
A quantidade de sangue — o fluxo menstrual — varia do dia e de uma pessoa à outra. O fluxo pode ser mais intenso durante os primeiros dias da menstruação. Algumas meninas e mulheres têm menstruações dolorosas (câimbras abdominais, às vezes fortes

e acompanhadas de náuseas). Um analgésico leve (paracetamol, por exemplo) pode ser útil.

Um banho, ou colocar uma garrafa de plástico ou uma compressa de água quente na parte debaixo do ventre ou das costas ajuda às vezes também. Alguns dias antes da menstruação, algumas meninas e mulheres sentem diferentes tipos de incômodos, como dores nos seios, constipação, cansaço, espinhas e sentimentos intensos mais difíceis a gerenciar que normalmente. Estes sintomas não se repõem necessariamente todos os meses. Para muitas, o incômodo pré-menstrual e as dores menstruais têm tendência a diminuir quando elas praticam exercícios regularmente.

A menstruação é geralmente fonte de perguntas e dificuldades para as meninas. Pode ser útil falar com alguma pessoa da área de saúde, com um parente ou uma amiga.

3. Ficha de informação sobre a puberdade masculina



Para os meninos, a puberdade inicia entre as idades de 10 e 13 anos, um ano ou dois depois das meninas. E termina, geralmente, um pouco antes ou depois dos 20 anos, quando o crescimento dos ossos se termina.

O que esperar?

Como as meninas, os meninos podem ver mudar seus sentimentos e seus interesses durante a puberdade. Mudanças físicas acontecem também, geralmente nessa ordem:

- Os testículos e o pênis aumentam de tamanho.
- Os pêlos pubianos aparecem, progressivamente mais espessos, mais duros e enrolados.
- A voz começa a mudar, geralmente de maneira progressiva, mas, às vezes, de repente também.
- Cerca de um ano depois do crescimento dos testículos, o menino pode começar a ejacular (produzir um líquido branco leitoso chamado esperma que é expelido pelo pênis).

- Pêlos crescem embaixo do braço e o suor começa a ter o odor de uma transpiração adulta.
- A pelosidade facial (bigode e barba) aparece.

Os rapazes atravessam também um período de crescimento rápido e de musculação. A pele se torna mais oleosa, favorecendo o surgimento de acne. Quase na metade dos garotos, os seios crescem temporariamente, mas isto desaparece um ano ou dois depois.

De onde vêm as ereções?

As ereções acontecem durante a vida inteira. Elas são causadas pelo sangue que preenche o tecido esponjoso do pênis por causa de uma estimulação sexual, de um esforço de levantamento ou outro tipo, de um sonho, do frio, de roupas apertadas, de medo ou de excitação, de uma bexiga cheia ao acordar. Uma ereção pode acontecer sem nenhuma razão aparente, principalmente na puberdade. Os meninos têm frequentemente ereções repentinas e espontâneas, às vezes, muitas vezes ao dia, por causa do efeito do aumento ou variação da testosterona.

Ter uma ereção sem ejaculação pode causar um sentimento de « peso » temporário, mas que não é de modo algum prejudicial. Se o pênis em ereção não é tocado, a ereção acaba por si só.

A ovulação

Os ovários (pequenas glândulas em forma de amêndoa) liberam cada mês um óvulo por vez, cerca de duas semanas antes da menstruação. A liberação do óvulo se chama ovulação. Então, o óvulo circula dentro das trompas de Falópio até o útero. Se houver relação sexual durante a ovulação e um espermatozóide encontrar um óvulo, o óvulo poderá ser fecundado e a mulher estará então grávida. Se a fecundação não acontece, o óvulo e a mucosa não foram utilizados. E depois de alguns dias, eles são eliminados do corpo para a vagina no formato de escoamento líquido avermelhado contendo sangue. É a menstruação. Ela marca o início de um novo ciclo.

O que acontece durante a ejaculação ?

Antes da ejaculação, as glândulas de Cowper emitem uma ou duas gotas de líquido pelo pênis.

Trata-se do líquido pré-ejaculatório, que limpa a uretra. O HIV pode estar presente neste líquido. A ejaculação plena implica a emissão do esperma, contendo geralmente algumas centenas de milhões de espermatozóides equivalentes a uma colher de café líquido. A ejaculação se acompanha (nem sempre) do prazer do orgasmo. Um menino que ejacula pode provocar uma gravidez.

O que é a ejaculação noturna ?

A ereção é recorrente durante o sono e cerca de 80 % dos meninos e dos homens ejaculam às vezes. Trata-se da « ejaculação noturna », normal durante a puberdade, mas presente também no homem adulto. Um menino ou um homem que se masturba ou que tem relações sexuais regulares é menos susceptível de ter esse tipo de ejaculação. A ejaculação noturna (e a masturbação) não são absolutamente prejudiciais. Elas podem ser relaxantes e ser fontes de prazer. Também não se trata de um « desperdício » de esperma. Os testículos produzem permanentemente espermatozóides e a ejaculação noturna ajuda o corpo a se livrar deles.

4. A mudança mental

Enquanto as mudanças do corpo são visíveis durante a puberdade, o espírito (cérebro) muda também, mas de uma maneira mais discreta. Durante o período da adolescência, as capacidades mentais se desenvolvem assim como a capacidade crítica e de pensar independentemente. Com essas mudanças, os adolescentes começam a desenvolver sua própria identidade. Todas as mudanças mentais (refletir por conta própria, tomar suas próprias decisões, perceber as coisas de uma outra maneira que os pais, ter a experiência da vida, tentar coisas novas...) são sinais que mostram que o jovem se torna adulto. Assim como as capacidades mentais se desenvolvem muito, também tem um grande número de coisas que a gente ignora. O fato é que, nunca se termina de aprender, é por isso que é importante saber onde e a quem pedir as informações necessárias. Às vezes, é útil se basear nas experiências e nos conhecimentos de uma pessoa mais adulta.

Aparecem pelos nas axilas

Os seios desenvolvem-se

A cintura fica mais estreita

As ancas alargam-se

Surgem os pelos púbicos

Aparece a 1ª menstruação



Aparecem os pelos no rosto

A voz torna-se mais grave

Aparecem pelos nas axilas

Os ombros alargam-se

Desenvolve-se a massa muscular

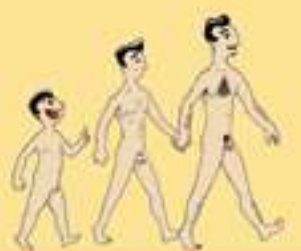
Os pelos púbicos crescem

Mudanças de humor

São os hormônios ! Os hormônios são substâncias químicas que controlam o crescimento e o desenvolvimento do seu organismo e podem também controlar suas emoções. Durante a puberdade, os meninos e as meninas têm geralmente altos e baixos – felizes em um momento específico e deprimidos no seguinte. O que importa, é de encontrar uma maneira de reconhecer e de gerenciar essas emoções.



Adolescentes da mesma idade podem estar em diferentes fases de desenvolvimento.



Adolescentes da mesma idade podem estar em diferentes fases de desenvolvimento.

5. As mudanças sociais que afetam os jovens

	Mudanças sociais que afetam os jovens	Mudanças que afetam mais as meninas	Mudanças que afetam mais os meninos
1	Mais liberdade para sair e frequentar o espaço público (ruas, centros comunitários...)		
2	Menos liberdade para frequentar o espaço público		
3	Mais responsabilidades domésticas (atividades de limpeza ou cuidar de crianças)		
4	Maior responsabilidade de ganhar dinheiro		
5	Mais pressão com a maneira de se vestir (cobrir ou descobrir mais o corpo)		
6	Mais interação social entre os meninos e as meninas		
7	Menos interação social entre os meninos e as meninas		
8	Ritos de passagem com práticas prejudiciais (tais como a mutilação genital das meninas)		
9	Ritos de passagem sem práticas prejudiciais		
10	Pressão social em adquirir experiência sexual		
11	Pressão social para se preparar para o casamento		
12	Melhores ocasiões de liderança na escola e na comunidade		
13	Risco crescente de ter que deixar a escola		
14	Exposição ao assédio sexual		
15	Pressão para fazer parte de um grupo		
16	Pressão para conceder favores sexuais em troca de presentes, ou de dinheiro		
17	Pressão para consumir substâncias tóxicas		



MÊS 2 :
FICHA DE ATIVIDADE 2 :

A MINHA ADOLESCÊNCIA
O GÊNERO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Explicar o conceito ge gênero
 - Estimular a reflexão sobre o gênero e como promover relações de gênero diferentes

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a adolescencia	Alguns jovens voluntários são convidados a falar da última oficina sobre a adolescência.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles- centes. O líder muda a cada sessão, alternando menino e menina.	10 min
3. Temática : Gênero	Jogo de introdução sobre a noção de gênero (Ver. carta em anexo para preparar antes da oficina) No quadro, representar 2 colunas, uma para a mulher e outra para o homem. Cada um recebe uma carta, lê em voz alta o que tem nela e tenta adivinhar se é uma fala de mulher ou de homem e explica porque. Depois, cada um vai colocar a sua carta no quadro na coluna adequada (mulher ou homem). + Mudar os títulos das colunas, deste modo, a coluna mul- her se torna a coluna homem e vice e versa. Funciona? As características são biológicas ou so- ciais ? O animador estimula a discussão entre os jovens e termina o encontro lendo as definições (ver no anexo 1).	45 min
4. Exercício prático :	Em pequenos grupos, preencher o formulário em anexo 2.	30 min
Questionário – Dramatização	+ Um voluntário de cada grupo vai apresentar as respostas dos questionário do seu grupo. +Debate sobre as perguntas seguintes : - O que você pensa sobre os papéis de gênero na nossa sociedade ? - Houve uma evolução ? - Como você gostaria que evoluísse ?	30 min

	+ Alguns voluntários podem dar exemplos de pessoas que têm atitudes de gêneros opostos. É justo ou não?	30 min
	Como promover relações de gênero diferentes na nos- sa comunidade ? ►Elaborar um plano de ação	
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi impor- tante e como melhorar.	10 min
7. Apresentação da próxima oficina sobre educação ao amor	Apresentado pelo animador	5 min

- MATERIAL NECESSARIO :
- Papel gigante + marcadores
 - Jogo de cartas sobre o gênero
 - Questionário dramatização

- DOCUMENTOS DE APOIO :
1. Definição de gênero
 2. Cartas sobre o gênero (para preparar antes da oficina)
 3. Formulário para dramatização (para preparar antes da oficina e distribuir aos grupos)

- OBSERVAÇÕES À DOMICÍLIO :
- Observar a diferença de educação entre as meninas e os meninos, em casa

1. Definição :

O gênero é a construção sociocultural dos papéis femininos e masculinos e das relações entre as mulheres e os homens. Os papéis femininos e masculinos estão relacionados às atividades atribuídas às mulheres e aos homens na sociedade e ao lugar que mul- heres e homens ocupam respectivamente*.

- Estes papéis decorrem das forças tais que a cultura, a tradição, a política e as necessidades, determinam o acesso às oportuni- dades e às fontes e impõem expectativas e limites tanto para as mulheres como para os homens.
- Estes papéis mudam de geração em geração e em função das culturas e dos diferentes grupos socio-econômicos e étnicos.

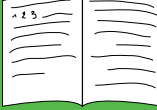
É a sociedade que nos explica « o que é ser um homem e o que é ser uma mulher », assim como os papéis de cada um, à partir de uma interpretação das diferenças biológicas.

O sexo faz referência às diferenças biológicas entre o corpo dos homens e o corpo das mulheres : característica imutável.



*Definição do PNUD.

2. Jogo sobre o gênero*

Eu gosto de dar o banho ao bebê 	Eu mecho o corpo quando ouço musica 	Eu adoro fazer poemas romanticas 	Eu sei passar o ferro na roupa 
Sou electricista/a 	Eu gosto de assistir futebol 	Ocupo-me da educação em casa 	Eu gosto de ir as festas a noite 
Não posso ficar um dia sem acompanhar a telenovela 	Estou pontual 	A noite, algumas vezes sinto medo 	Vou sempre ao mercado 
Me sinto a vontade de exigir os meus direitos 	Fazo a limpeza 	Eu tenho muita paciencia 	A você de jogar! Crie uma carta inspirada na tua cultura.
A você de jogar! Crie uma carta inspirada na tua cultura.	A você de jogar! Crie uma carta inspirada na tua cultura.	A você de jogar! Crie uma carta inspirada na tua cultura.	A você de jogar! Crie uma carta inspirada na tua cultura.

3. Questionário gênero

- A. Para a frase « Um homem não deve chorar », você pensa que a maioria dos seus amigos :
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- B. Para a frase « Um homem não deve chorar »,o que você pensa, pessoalmente ?
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- C. Para a frase « Uma menina não deve tomar a iniciativa para ficar com um menino », você pensa que a maioria dos seus amigos :
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- D. Para a frase « Uma menina não deve tomar a iniciativa para ficar com um menino », o que você pensa, pessoalmente ?
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- E. Para a frase « Um homem deve ganhar mais dinheiro que a sua noiva ou sua esposa » você pensa que a maioria dos seus amigos :
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- F. Para a frase « Um homem deve ganhar mais dinheiro que a sua noiva ou sua esposa », o que você pensa, pessoalmente ?
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- G. Para a frase « O homem pode bater na sua noiva se ela foi infiel » você pensa que a maioria dos seus amigos :
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda
- H. Para a frase « O homem pode bater na sua noiva se ela foi infiel »,o que você pensa, pessoalmente :
- ☐ Concorda
- ☐ Não concorda

* A partir do jogo realizado pela ONG «Le Monde selon les Femmes»

MÊS 2 : A MINHA ADOLESCÊNCIA

FICHA DE ATIVIDADE 3 : EDUCAÇÃO AO AMOR

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :		
- Ajudar os jovens a refletir sobre o sentimento de amor e às expectativas dos homens e das mulheres		
- Preparar os adolescentes a construir relações baseadas no respeito mútuo		
- Preparar os adolescentes à uma sexualidade responsável		
ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo		10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre o gênero	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam na última oficina, sobre o gênero.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	10 min
3. Temática :	O animador pode introduzir a temática com um poema ou uma música popular sobre o amor e as relações amorosas.	
« O amor »	Dividir os adolescentes em pequenos grupos por gênero, pedindo para eles refletirem sobre o que eles esperam de uma relação a dois.	
Expectativas de cada um na relação amorosa	+ Restituição. Cada grupo escolhe um porta voz para apresentar o que foi dito no debate sobre as expectativas.	
	+ Análise : ► Confrontar as expectativas das meninas e dos meninos. Elas são as mesmas ? ► Quais são as semelhanças ? ► Quais são as diferenças ?	60 min
Outra proposta	Dividir os jovens em pequenos grupos. cada grupo deve inventar a história de um casal apaixonado, ou no inicio da relação ou depois de 10 anos juntos.	
Dramatização	+ Apresentação no formato de uma peça de teatro ou de uma história a ser contada.	
	+ Debate: ► O que chama a tua atenção nas histórias contadas ? ► Quem toma as decisões no casal ? ► Os homens e as mulheres são iguais na relação amorosa ?	

4. Prática :

Jogo concordo/não concordo sobre o consentimento sexual

Linguagem do amor

5. Avaliação da sessão

6. Apresentação da próxima oficina sobre a sexualidade

O animador utiliza uma corda para dividir a sala em duas e escolhe um lado que representa os que **Concordam** e o outro que representa os que **Não concordam**.

Depois, ele lê uma por uma as frases do anexo 2. Para cada frase, os adolescentes devem escolher o seu lado : Concordo ou Não concordo e se movimentam na sala para ir do lado da corda que corresponde à escolha deles. O animador convida depois alguns adolescentes a explicar suas escolhas.

+ Debate sobre as perguntas seguintes :
► Quais são as maneiras de provar o seu amor para o outro ? Com que gestos de amor ?
► Vocês conhecem casais de mais de 10 anos ? O que vocês observam de positivo e negativo nesses casais ?
► Quais são os motivos da escolha do seu companheiro para a vida ?

Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.

Apresentado pelo animador

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores
- Corda

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição sobre o amor
2. Expectativas das meninas e dos meninos numa relação amorosa
3. Jogo « concordo/não concordo » sobre o consentimento sexual

1. Definição

O amor não tem definição universal. Para alguns, é um sentimento profundo e incontrolável que preenche de felicidade. O amor se manifesta por um grande desejo de estar juntos e às vezes por uma tristeza quando o ser amado está ausente. O amor é o desejo de dar, de receber, de fazer descobrir, de compartilhar. E, às vezes, um desejo possessivo demais do outro, que pode incitar o sentimento de ciúme.

« Se apaixonar » implica geralmente sentimentos de paixão, de atração sexual e de excitação.

- Se apaixonar é frequentemente uma experiência palpitante.
- Uma relação romântica implica às vezes (nem sempre) sentimentos de compromisso e de intimidade.
- Se apaixonar não é sempre recíproco.
- Todo mundo pode se apaixonar : tanto os adultos como os adolescentes.
- Pode-se apaixonar-se somente uma vez na vida, várias vezes ou muitas vezes.

Crescendo, as crianças absorvem várias mensagens sobre o amor.

Quais mensagens as lendas e os contos de fada transmitem às crianças sobre o amor ? E os clips de vídeo ? Estas mensagens são realistas ? Qual tipo de expectativas se colocam sobre as jovens mulheres ? E sobre os jovens homens ?

O que é o « amor verdadeiro » ? Amar é querer profundamente o bem estar e a felicidade da pessoa amada. O fato de amar e de ser amado pode ser fonte de uma alegria profunda e dar sentido à vida.

- O amor é uma das mais fortes emoções humanas. Ele inspira belas obras de arte, de literatura e de música.
- Existem muitas formas e diversas maneiras de amar alguém.
- Podemos sentir amor pela nossa família « imediata » ou « extensão », pelos nossos amigos próximos, pelos nossos parceiros ou pelo seu cônjuge.
- O « amor verdadeiro » faz frequentemente referência à intimidade fixa que se sente em relação a um parceiro, além do estado de entusiasmo.
- É frequentemente difícil de distinguir os sentimentos de afeto, de amor romântico, de desejo sexual e de amor verdadeiro.
- A cultura de cada um transmite mensagens sobre o que é o amor, quem devemos amar (ou não) e como convém expressar o seu amor (ou não).

Godfrey, 19 anos, Zimbabwe

« Amar uma pessoa, é estar pronto a fazer tudo por aquela pessoa. Se a pessoa tem um problema, estar pronto para ajudar a resolver o problema como se fosse o seu próprio problema. »

O ciúme pode intervir quando uma pessoa tem a impressão que uma relação que ela valoriza é ameaçada.

- O ciúme (em todos os tipos de relação, inclusive as românticas) faz referência a sentimentos de inveja, de possessividade, de vulnerabilidade, de cólera e de ressentimento.
- A maioria das pessoas tem sentimentos de ciúme em um momento ou outro.
- Nas relações românticas, o ciúme pode ter um rival real ou imaginário. É possível também que uma pessoa sinta sua relação ameaçada pela devoção de um parceiro à sua família, seus amigos ou seu trabalho.

Algumas pessoas expressam o seu ciúme por ameaças, por violência ou por um comportamento possessivo ou manipulador.

- Estes comportamentos não são amor e nunca serão a expressão dele.
- A violência e o constrangimento são uma demonstração de poder sobre outra pessoa. Elas são sempre contrárias aos direitos da pessoa que é vítima, seja qual for o sentimento, de ciúme ou outro, expressado.
- A pessoa ciumenta, bem como seu ou sua parceira, pode beneficiar de um diálogo honesto e respeitoso sobre os sentimentos um do outro. Cada um pode também beneficiar-se da ajuda de um amigo, de um adulto de confiança ou de um conselheiro.

2. Expectativas das meninas e dos meninos em uma relação amorosa*

O que querem as meninas ?

- **Amor, afeto, confiança e respeito** : As meninas ficam inquietas quando os meninos não as respeitam. Elas apreciam os meninos que reservam tempo para escutá-las e que as levam a sério.
- **Companhia** : As meninas acreditam que estar em companhia de meninos é divertido e interessante. Elas gostam dos meninos que podem apoiá-las em caso de dificuldade e daqueles que podem lhes divertir, fazer piada e rir com toda confiança sem que isto seja mal interpretado.
- **Independência** : As meninas querem ter a ocasião de pensar por elas mesmas. Elas querem dos meninos que eles percebam que elas são inteligentes.
- **Meninos confiantes** : As meninas admiram os meninos que são seguros deles mesmos e que não têm medo delas.
- **Meninos autênticos** : As meninas gostam dos meninos naturais, que não procuram sempre estar na frente ou parecer diferentes do que são verdadeiramente.
- **Meninos empáticos** : As meninas apreciam os meninos que compreendem os pensamentos, as preocupações, os humores e os desejos delas.
- **Meninos responsáveis** : As meninas gostam dos meninos responsáveis e capazes de se assumir.

O que querem os meninos ?

A maioria dos meninos querem as mesmas coisas que as meninas.

- **Amor, afeto, confiança e respeito** : A maioria dos meninos querem estar com meninas que lhes dê atenção – alguém que os escutem, que os levam a sério e que os respeite.
- **Companhia** : Todo mundo gosta de ter companhia. Os meninos, assim como as meninas, querem alguém com quem eles possam passar o tempo, rir, contar histórias e falar de suas ideias, seus sonhos e seus objetivos. Se diz com frequência que os meninos são « durões », reagindo como se eles não tivessem sentimentos nem emoções. Eles querem alguém com quem eles possam trocar suas ideias e sentimentos pessoais.
- **Meninas confiantes** : Ao contrário do que acreditam muitas meninas, os meninos gostam das meninas que são confiantes e que não têm medo de se expressar.
- **Meninas autênticas** : Os meninos gostam das meninas que são naturais e que não tentam se mostrar excessivamente maduras e sofisticadas.

3. Jogo Concorde – Não Concorde sobre o consentimento sexual

Alguns motivos estimulam algumas pessoas a ter relações sexuais e outros não. Muitas circunstâncias e sentimentos, as vezes mistos, influenciam essa decisão.

1. Todas as pessoas têm os mesmos valores
2. Somente os homens podem ter relações sexuais antes do casamento.
3. A responsabilidade da gravidez precoce é principalmente da mulher.
4. Se uma menina gosta do seu namorado, ela deve provar tendo relações sexuais com ele.
5. A maior parte dos adolescentes têm sentimentos contraditórios sobre o sexo : eles querem e não querem ao mesmo tempo.
6. Eu não vejo nenhum mal em dar dinheiro ou um presente a alguém em troca de relações sexuais.
7. Eu não vejo nehum mal em aceitar dinheiro, se estamos precisando, em troca de relações sexuais.
8. O homem deve ter sempre o controle de um relacionamento.
9. As imagens mostradas na televisão e nas revistas incentivam os jovens a ter relações sexuais.
10. Pressionar alguém para ter relações sexuais, contra sua vontade e mesmo sem recorrer à força física, é de certa forma um estupro.
11. Muitas meninas que eu conheço têm relações sexuais porque elas se sentem obrigadas.
12. Muitos jovens não querem ter relações sexuais. Isto não tem nada a ver com a AIDS, o medo da gravidez ou o que os adultos dizem. Eles simplesmente não querem, mesmo se eles têm um namorado ou uma namorada.
13. O ato sexual representa sempre uma experiência extremamente íntima e pessoal para os dois participantes.
14. Antes de ter relações sexuais, a maioria dos adolescentes decidem falando com o seu parceiro dizendo que estão a vontade e desejam ter essa relação sexual. Eles conversam também sobre a sua proteção contra as doenças e a gravidez.
15. Se um adolescente quer se prostituir, é problema dele (a).
16. Temos o direito de forçar uma pessoa a ter relações sexuais, mesmo sem ela querer.
17. Uma menina tem o direito de dizer não a uma relação sexual que ela não quer.

- !
- **Forçar alguém a ter relações sexuais não desejadas é uma violação dos direitos humanos.**
 - **Uma pessoa sempre sabe se o seu ou a sua parceiro (a) deseja realmente ter relações sexuais ? Como ter certeza ? Perguntem ! Conversar sobre isso, juntos, antes, é a melhor maneira. E se o seu parceiro não está seguro (a) do que ele ou ela deseja ?**

MÊS 2 : A MINHA ADOLESCÊNCIA

FICHA DE ATIVIDADE 4 : SEXUALIDADE

DATA :		DURAÇÃO : 3H			
OBJETIVOS :					
- Incitar os jovens a entender e aprender a assumir sua sexualidade. - Permitir aos jovens dialogar e refletir sobre as questões de sexualidade. - Preparar os adolescentes a uma sexualidade responsável.					
ETAPAS		METODOLOGIA		DURÇÃO	
Jogo quebra-gelo		Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.		10 min	
1. Recapitulação da última oficina sobre a educação ao amor		Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam na última oficina sobre a educação ao amor.		10 min	
2. Escolher o líder do dia		Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.		10 min	
3. Temática :		O animador inicia o jogo e explica que extra-terrestres estão chegando na terra e gostariam de saber mais sobre a sexualidade dos seres humanos. Jornalistas os recebem para entrevistá-los.			
Visita de E.T, o extra terrestre		Dividir os jovens em 4 grupos de extra-terrestres com um jornalista em cada grupo. Os jornalistas vão registrar as perguntas dos extra-terrestres sobre a sexualidade dos terráqueos. Cada jornalista vai, depois, realizar uma reportagem numa folha de papel gigante com as perguntas mais interessantes dos extra-terrestres e tentar respondê-las.		60 min	
		+ Cada jornalista apresenta a sua reportagem para o grupo			
		+ Debate :			
		▶ É fácil falar sobre sexualidade ?			
		▶ Existem diferenças entre os meninos e as meninas ?			
		▶ Com quem vocês se sentem mais a vontade para falar de sexualidade ?			
		▶ E a homossexualidade, o que vocês pensam sobre isso ? (Ver. anexo 2)			
4. Exercício prático :		Fixar uma corda na horizontal da sala que represente uma escala de 1 a 10. De um lado, escrever « totalmente forçado e não desejado » e do outro « totalmente voluntário e desejado ». Dividir os jovens em pequenos grupos e dar a cada um uma folha de estudo de caso com cliques. Cada grupo lê o seu roteiro e discute para decidir onde ele deve ser colocado na escala e o posiciona na corda com os clips.		45 min	
Jogo da corda					

	+ cada grupo convida um de seus membros a ler o caso em voz alta e explicar onde eles o posicionaram na escala de 1 a 10 e porquê. + convidar os outros grupos a dar sua opinião sobre cada caso e encorajar a discutir sobre as diferenças de opinião. + debate sobre as perguntas seguintes : ► As relações de força são recorrentes entre os jovens ? ► As meninas e os meninos têm os mesmos papéis nas relações sexuais ? ► uma pessoa sempre sabe se o parceiro deseja realmente ter relações sexuais? como ter certeza ?	30 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar uma impressão sobre a sessão, 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre a gravidez precoce.	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores
- Corda, material para fixar na parede, clips, cartas pequenas em papelão

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição sobre o amor
2. Adolescência & Homossexualidade
3. Jogo da corda: estudo de caso sobre o constrangimento sexual.
► **Recopiar cada caso numa folhinha de papelão adaptando ao contexto local.**
4. Teste para saber se os jovens estão prontos para ter relações sexuais.
► **A distribuir entre os jovens no final da oficina.**

1. Definição

Sexualidade do adolescente

Na passagem da infância à adolescência, a adolescência gera quase sempre uma grande confusão. Entre rebeldia e descoberta da personalidade, meninos e meninas devem lher dar com perturbações hormonais, físicas e psíquicas da puberdade. É também o período das primeiras experiências amorosas, das primeiras relações sexuais, dos primeiros métodos contraceptivos... e a construção da identidade sexual.

A sexualidade se manifesta desde o nascimento e evolui até o final da vida. Todo o nosso Ser participa dela. Em matéria de sexualidade, existem limites fixados pela lei, mas não existe uma norma universal. **O que conta, é o seu desejo pessoal e o respeito do desejo e do não-desejo do outro.**

Saúde sexual

« A saúde sexual é um processo contínuo de bem-estar físico, psicológico e sociocultural ligado a sexualidade. Ela se manifesta pela capacidade de expressar sua sexualidade de uma forma ao mesmo tempo responsável e suceptível de favorecer o bem estar nos planos pessoal e social, enriquecendo a vida pessoal e social. Ela não se limita à ausência de disfunções, de doenças ou de enfermidades. Para estar pronto para viver a saúde sexual, **é essencial que os direitos sexuais de todos sejam reconhecidos e respeitados.** » - Organização Mundial da Saúde ;

•Fazer os jovens compreender que o mais importante é, primeiro, se sentir à vontade cada vez que eles fizerem alguma atividade sexual ; e segundo, se sentir a vontade com eles mesmos, com o seu parceiro, e com as decisões que eles tomarem. É necessário também que eles sejam capazes de falar honestamente com seu parceiro.
•Esqueçam a vergonha, à timidez. Ninguém é obrigado a fazer alguma coisa que não o deixa confortável. Isto se aplica a toda situação, seja com um/uma parceiro/parceira de longa data ou no início de uma nova relação.
•Vocês sempre têm o direito de mudar de opinião em relação às relações sexuais !



<http://revistaescola.abril.com.br/blogs/educacao-sexual/>
<http://www.brasilescola.com/sexualidade/>
<http://fr.slideshare.net/patte/educacao-sexual-na-adolescncia-1639709>

2. Adolescência e Homossexualidade

Um ser humano (menino ou menina) pode, em algumas situações, sentir uma atração afetiva ou sexual por pessoas do mesmo sexo. Esta atração pode ser o sinal de uma tendência homossexual ou simplesmente passageira e não necessariamente homossexualidade. Na adolescência, as vezes, existe um período de hesitação e de grande timidez em relação ao outro sexo. Para Françoise Dolto, no « Complexe du homard* » : Existe homossexualidade em cada um de nós, mas sem que temos consciencia disso e sem que temos vontade de fazer o passo... Para certas pessoas, é um estado definitivo.

É importante lembrar que a recusa do comportamento homossexual não implica a rejeição da pessoa homossexual. Ela precisa ser amada como ela é, e não ser julgada ou definitivamente prisioneira à uma etiqueta. É importante saber encontrar sem pré-julgamentos a pessoa homossexual.



•A homossexualidade é um fenômeno que existe desde sempre e uma escolha de vida possível para alguns de nós.

3. Estudo de caso

Estes casos podem ser adaptados para uma melhor adequação com o contexto de intervenção.

Caso nº1 : NINA e CARL : Nina, 22 anos, namora com Carl há uns seis meses. Ele disse a ela várias vezes que a deseja de verdade, mas só se ela também o desejar. Nina não tem certeza, mas ela acha que deveria fazer o que o seu namorado está pedindo. Ela sabe que outras jovens mulheres têm relações com os seus namorados e tem medo que ele a deixe se ela recusar, mesmo se Carl nunca a ameaçou. Durante o encontro íntimo deles seguinte, eles têm relações sexuais.

Caso nº2 : HENRY e MARIA : Henry e Maria se beijam apaixonadamente. Quando ele começa a tirar a roupa dela, Maria tenta parar e diz que não quer. Henry pensa que ela quer mais, mas tem medo de admitir. Ele então continua. Depois de ter tentado empurrar ele e de ter dito não durante 5 minutos, ela termina parando de resistir e fica, submissa. Henry tem relações sexuais com ela.

Caso nº3 : AJIT e ANILA : Ajit e Anila se encontraram uma ou duas vezes, sempre sendo observados. Ajit parece ser gentil e Anila aceita quando seus pais dizem a ela que ele deseja casar-se com ela. Anila aprendeu que tudo o que é sexual é vergonhoso. Ela ouviu falar que as primeiras relações sexuais doem e vão fazê-la sangrar. Ela está com muito medo. Ela conhece pouco Ajit e se sente com vergonha ao pensar nele tocando o seu corpo. Ela não quer ter relações sexuais e não se sente excitada, mas ela sabe que quando a mulher se casa, deve ter relações na noite de núpcias. Ela deixa Ajit ter relações com ela.

*Significa « complexo da lagosta »

Caso nº4 : SELAH e JAMES : A última vez que Selah recusou seu marido James, ele a ameaçou e bateu nela ao ponto de deixá-la com um olho roxo. Ela não quer ter relações sexuais com James hoje mas, com medo que ele bata nela de novo, ela não recusa.

Caso nº5 : GINA e AHMED : Gina vem de uma família pobre. Ela trabalha para Ahmed e seu salário é o rendimento principal da sua família. Um dia, Ahmed começa a tocá-la e, depois da hora de fechar, atrai ela para atrás da loja e levanta o seu vestido. Desconcertada, Gina tem medo de perder o seu emprego. Ela tenta resistir, quando Ahmed diz : « O quê ? Você não gosta de trabalhar aqui ? », ela cede.

Caso nº6 : JULIA e OSCAR : Oscar não tem certeza de querer ter relações sexuais com Julia, mas ela sugere, e ele tem medo que seus amigos fiquem sabendo e o importunem se ele recusar. Ele então aceita.

Caso nº7 : VERA e WILLIAM : Vera e William já fizeram amor uma vez. Esta noite, William diz a ela que a deseja o dia inteiro. Vera preferiria só estar juntos e conversar, mas ela pensa que como eles já fizeram uma vez, não tem outra saída. Quando William tira a roupa, ela não diz nada e eles tem novamente relações.

Caso nº8 : Agora é com vocês. Imaginem uma história !

.....

.....

.....

4. Mini teste : você está pronto* ?

Responder às perguntas seguintes mais honestamente possível.

1. Sera que meu parceiro e eu nos conhecemos bem ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

2. Sera que nós nos sentimos ligados um ao outro e fazemos um parte da vida do outro ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

3. Sera que nós estamos comprometidos com a relação ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

4. Sera que nós temos confiança um no outro ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

5. Sera que nós nos comunicamos bem ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

6. Sera que podemos falar à vontade sobre relações sexuais ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

*Tirado do manual « Você, sua vida, seus sonhos : ter sucesso na adolescência », Family Care International

7. Sera que nós queremos ter relações sexuais porque nós queremos realmente, ou seja, sem constrangimento nem pressão ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

8. Sera que nós discutimos sobre o método contraceptivo a utilizar ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

9. Sera que nós discutimos sobre a necessidade de fazer o teste do HIV ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

10. Sera que nós discutimos como nos proteger contra as DSTs, inclusive a AIDS ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

11. Sera que nós aceitamos utilizar preservativos ou outros contraceptivos toda vez que nós temos relações sexuais ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

12. Sera que meu/minha parceiro/parceira respeitará meu direito de dizer « sim » ou « não » a cada relação sexual ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

13. Sera que eu respeitaria o direito de meu/minha parceiro/parceira de dizer « sim » ou « não » a cada relação sexual ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

14. Sera que o ambiente para as relações sexuais é seguro e confortável ?

☐ Sim

☐ Não

☐ Talvez

☐ Não sei

Se você respondeu « não », « talvez » ou « não sei » a uma destas perguntas, talvez você e o seu parceiro não estejam prontos para relações sexuais. É preferível esperar.

DURACÃO : 3H

- Conscientizar os jovens das consequências da gravidez precoce
- Incitar os jovens a assumir sua responsabilidade frente a gravidez precoce, seja ela ou ele.

84

Cada participante é convidado a dar sua impressão sobre a sessão. O que você aprendeu com essa atividade? Você aprendeu alguma coisa que você vai poder utilizar na sua própria vida?

10 min

Apresentado pelo animador

5 min

- Papel gigante + marcadores

1. Definição de gravidez precoce
2. Causas e consequências
3. História de Joana
4. Onde ir em caso de gravidez precoce?

► Acompanhar os jovens na organização de uma campanha de prevenção de gravidez precoce.

“Como ser pai ou mãe quando se acaba de sair da infância?”

Gravidez precoce é uma gravidez que acontece a uma idade muito jovem, isto é, antes dos 18 anos ; quando, a moça acaba de sair da infância ou ainda é criança. Acontece muito em todo o mundo : ao nível mundial, cerca de uma jovem sobre 5 já tem tido uma criança na idade de 18 anos ; nas regiões as mais vulneráveis do mundo, este dado passa a uma sobre 3 (dados das Nações Unidas, 2012).

O número de casamentos precoces varia de acordo com os países e as regiões. De acordo com a OMS, as taxas mais elevadas são observadas no Oeste da África, onde uma grande parte das famílias, sobretudo em meio rural, ainda valoriza casamento e maternidade precoces.

Mesmo se, medicalmente falando, uma moça pode engravidar assim que ela menstrua e dar a luz sem nenhum impedimento, na realidade, quanto mais uma mulher é jovem (sobretudo antes dos 17 anos), mais são frequentes as complicações de gravidez. São as mesmas complicações que as mulheres adultas podem ter (hemorragia, choque séptico, hipertensão, anemia...), mais **os riscos são mais altos para as adolescentes. As grávidas de menor devem estar acompanhadas ao máximo**, afetivamente, psicologicamente e medicalmente.



As causas são múltiplas, e as consequências deploráveis, por essa razão é urgente de agir. Entre as principais causas estão uma descoberta prematura da sexualidade, a pobreza, a falta de cuidados (conselhos) dos pais e dos mais velhos, a não utilização voluntária da utilização de meios de contracepção modernos em geral e do preservativo particularmente.

Consequências possíveis da gravidez precoce :

• **Problemas familiares** : Alguns pais chegam até a expulsar a filha de casa ou ficam em conflito, colocando a culpa um no outro de não ter dado a devida atenção.

• **Problemas escolares** : Os jovens podem abandonar ou serem expulsos da escola e, deste modo, perder toda a oportunidade de terminar seus estudos, pois eles devem assumir a responsabilidade de uma família.

•Problemas de saúde :

a. **Situação difícil para o corpo de uma moça**, principalmente se ela engravida quando o seu próprio crescimento não terminou. O desenvolvimento de um bebê requer muita energia e vitaminas do corpo da mãe, enquanto ela também precisa de energia e vitaminas para terminar o seu crescimento.



Abaixo de 16 anos, o risco de morte materna é 4 vezes mais alto que para as que tem mais de 20 anos.

- b . A gravidez pode provocar **anemia**.
- c. **Uma mãe adolescente não suporta tão bem uma gravidez que uma mãe adulta**. E o bebê sofre também se ele não recebe da sua mãe toda a alimentação necessária. Ele pode nascer frágil, pequeno ou prematuramente.
- d. **A bacia de uma adolescente não é tão larga quanto a de uma mulher adulta** ; o que pode causar dificuldades, até mesmo a impossibilidade de dar a luz naturalmente e provocar a necessidade de uma cesariana para o bebê nascer. Neste caso, e se a adolescente não pode se operar rapidamente, a mãe ou o bebê pode perder a vida.
- e. Uma gravidez no início da adolescência pode provocar casos de esterilidade.
- f. É possível recorrer a **abortos clandestinos com perigos incalculáveis** : infecções, esterilidade,morte.

“A gente se torna mãe, responsável antes da idade”.

Como evitar uma gravidez precoce ?

- Uma conscientização coletiva, iniciando pelos principais envolvidos, os pais e os educadores, sobre os grandes perigos deste fenômeno.
- ▶ **À nós de fazer!**
- É necessário praticar uma sexualidade responsável e saudável, utilizar os meios de contracepções modernos, o qual o mais fácil de utilizar e o mais barato é o preservativo ou camisinha. Ele protege os jovens contra as doenças sexualmente transmissíveis (DST), o HIV – AIDS e a gravidez precoce ou não desejada.
- ▶ **A jovem, que é a primeira vítima, deve saber propor, até mesmo impor a camisinha ao seu parceiro para que a situação não seja fatal.**



A contracepção não diz respeito unicamente às moças. Os rapazes também dividem a responsabilidade da gravidez e devem se sentir implicados nas decisões sobre a gravidez.



3. História de Joana

Joana é uma jovem de 17 anos. Ela estuda e é muito trabalhadora. Ela é também uma das responsáveis do jornal da escola. Ela tem muitos projetos para o futuro como continuar seus estudos e trabalhar. É uma jovem sorridente e dinâmica, que tem muitos amigos. Ela está apaixonada há 7 meses por Leo. Os dois adoram a companhia um do outro e têm muitos sonhos em comum, um deles é fazer uma longa viagem.

Há 3 meses atrás, Joana e Leo tiveram uma relação sexual. Joana não sentiu dores como suas amigas sentiram, nem vergonha de falar com Leo sobre a utilização do preservativo. Uma vez, o preservativo estourou e Joana não utilizava nenhum outro meio de contracepção. Desde esse dia, Joana e Leo ficaram muito preocupados, pois Joana estava no seu período fértil. Muitas ideias se passaram na cabeça de Joana :

- E se eu estiver grávida ?
 - O que vai ser de mim ?
 - O que eu vou fazer ?
- ▶ **É com vocês agora! Imaginem um final para essa história de modo que os rapazes representem os papéis das moças e as moças os papéis dos rapazes.**

Vídeo : Homens grávidos : [http://www.youtube.com/watch?v=Tro5ykbU3RU?](http://www.youtube.com/watch?v=Tro5ykbU3RU?http://gravidez-na-adolescencia.info/)
<http://gravidez-na-adolescencia.info/>



4. Onde ir em caso de gravidez precoce

▶ **A ser completado pelo animador e distribuído aos jovens.**

Qual órgão procurar em caso de gravidez precoce ?

Endereço do órgão :

Número do telefone :

Serviços propostos :

Custo :

Existe um centro de acompanhamento/orientação no seu bairro ou na sua cidade ?

Endereço :

Número de telefone :





MÊS 2 : A MINHA ADOLESCÊNCIA

FICHA DE ATIVIDADE 6 : COMPORTAMENTOS DE RISCO (1)

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Falar com os jovens sobre os diferentes tipos de drogas
 - Conscientizar os jovens dos riscos do consumo de drogas
 - Responsabilizar os jovens pelos amigos que não conseguem sair das drogas

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo		10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a gravidez precoce	Alguns jovens voluntários são convidados a falar da última oficina sobre a gravidez precoce.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	10 min
3. Temática : Testemunhos dos veteranos da rede	Em pequenos grupos, estimular a reflexão entre os jovens sobre os diferentes tipos de droga que eles conhecem. + restituição. Cada grupo escolhe um porta-voz para apresentar as reflexões do grupo. + debate : ▶ É fácil encontrar e comprar droga no bairro ? ▶ Você conhece muitas pessoas que utilizam regularmente droga ? ▶ Quais são as consequências para a saúde e as consequências sociais ?	45 min
Jogo do círculo para apresentar as consequências para a saúde	Os adolescentes fazem um círculo. Cada adolescente escolhe uma carta onde está escrito o nome de uma droga e suas consequências para a saúde em função do seu uso (utilização casual e abusiva). Depois, cada jovem vai ao meio do círculo e apresenta o que está escrito na carta.	30 min
4. Exercício prático : Como ajudar um amigo que “cai na droga”?	Em pares, vão pensar sobre a situação seguinte: um amigo “cai na droga”. O que vocês podem fazer para ajudá-lo ? +Compartilhe suas ideias : ▶ Como podemos ajudar um amigo que “caiu na droga” ? ▶ Existe uma pressão dos amigos ou grupos ? ▶ Qual é o papel dos adultos ? Eles podem ajudar os jovens ? ▶ O que podemos fazer para prevenir o vício ?	60 min

Como sensibilizar os jovens da comunidade ?

5. Avaliação da sessão

6. Apresentação da próxima oficina sobre os comportamentos de risco

Em pequenos grupos, elaborar um plano de ação para sensibilizar os jovens da comunidade sobre as consequências da utilização das drogas.

▶ Aplicar durante a multiplicação de conhecimentos.

Cada participante é convidado a dar sua impressão sobre a sessão. O que você aprendeu com essa atividade ? Você aprendeu alguma coisa que você vai poder utilizar na sua vida ?

Apresentado pelo animador

10 min

5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Quadro+marcadores
- Jogo do círculo sobre as consequências do uso das drogas na saúde (a preparar antes da oficina)

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Introdução e definição
2. Prejuízos para a saúde
3. Jogo do círculo sobre as consequências do uso das drogas na saúde
4. Como prevenir os comportamentos de risco ?
5. Onde ir ?

ATIVIDADE DE MULTIPLICAÇÃO NOS BAIRROS

▶ Acompanhar os jovens na organização de uma campanha de sensibilização dos jovens do bairro sobre as consequências do uso da droga.

1. Introdução

A adolescência é um período de transformação e vulnerabilidade : o adolescente deixa a sua carcaça para retomar a expressão de Françoise Dolto* em « o complexo da lagosta ». Ele deixa um estado para ir a um outro e muda suas referências, como a lagosta, quando ela cresce.

Como explicar estes comportamentos de riscos, a consumação de drogas ou de álcool ?

Em alguns casos, esses consumos refletem um verdadeiro sofrimento, mas também existem na adolescência comportamentos de riscos, que são "para fazer como os outros", para pertencer a um grupo. Os jovens à procura de sensações se entregam ao álcool, ao cigarro, a droga com todas as consequências que conhecemos para a saúde dos jovens. Por isso a importância de sensibilizar desde a adolescência.

▶ O alcoolismo e o tabagismo

Existem dois tipos de alcoolismos : O **alcoolismo agudo** (estado de embriaguez) e o **alcoolismo crônico** (ingestão freqüente de álcool ou etilismo crônico). O alcoolismo é uma **causa de mortalidade prematura** : cirrose do fígado, cânceres (faringe,esôfago), acidentes de trânsito e suicídios.

O **tabagismo ativo** é a consumação habitual de tabaco gerando uma dependência física e psicológica. O **tabagismo passivo** é a exposição de um não fumador à fumaça do tabaco.

*Françoise DOLTO (1908 -1988) : pediatra e psicanalista francesa, figura emblemática da psicanálise da criança.

► **O adição**
De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a toxicômana é « **um estado de intoxicação periódica ou crônica gerada pela consumação repetida de uma droga** natural ou sintética ». Chamada de **adição** ou **dependência patológica**, a toxicômana é caracterizada por :

- Um desejo incontrollável ou necessidade de continuar a consumir a droga e de comprar custe o que custar ;
- Uma tendência a aumentar as doses ;
- Uma dependência psíquica e geralmente física em relação aos efeitos da droga ;
- Efeitos prejudiciais ao indivíduo e à sociedade.

A adição faz parte das **doenças com incidências sociais**, ou seja, ele tem não só um impacto sobre a saúde do indivíduo doente, mas também sobre a coletividade. Assim, o vício pode gerar violência e insegurança : corrupção, roubos para comprar drogas, etc., fora o custo para a sociedade.

Os **fatores de riscos** são numerosos : a família (o consumo é percebido como normal), a cultura (o consumo é associado à convivialidade, à integração), a fragilidade psicológica (personalidade angustiada, abandono).

2. Prejuízos para o corpo

As drogas são produtos tóxicos, venenos, que vão destruir o corpo e os espíritos, muito rapidamente ou mais lentamente de acordo com a droga e essa toxidade vai gerar doenças. Assim, os viciados em cigarro são freqüentemente afetados por doenças da boca, do estômago, de brônquios, e também por doenças cardíacas. Os viciados em álcool são pessoas que têm doenças específicas : doenças no fígado, no cérebro, no pâncreas.

A pessoa viciada pode dedicar todo o seu tempo e todo o seu dinheiro à procura « de cada vez mais de drogas » para não faltar e para sempre poder ter uma dose! Como o cérebro se acostuma a uma pequena dose, a pessoa que se droga tem tendência a aumentar esta dose para sentir de novo o prazer que ela tinha no início : é o fenômeno de overdose e o seu corpo vai sofrer cada vez mais...

3. Jogo do círculo

► **Para preparar antes da sessão !**

CIGARRO
Uso casual

- Riscos físicos**
- Aceleração do ritmo cardíaco.
 - Aumento da pressão arterial.
- Risco social**
- Violência & Acidente

CIGARRO
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Dependência de nicotina.
 - Câncer.
 - Deterioração dos pulmões e de outros órgãos
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

TRANQUILIZANTES (VALIUM)
Uso casual

- Riscos físicos**
- Sonolência com freqüência, possível morte se misturado com álcool.
- Risco social**
- Violência & Acidente

TRANQUILIZANTES (VALIUM)
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Aumento da angústia, dependência.
 - Tremedeira excessiva.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

MORFINA
Uso casual

- Riscos físicos**
- Perturbação psíquica sobre assuntos simples.
 - Neurites nas pernas.
 - Atrofia dos músculos.
- Risco social**
- Violência & Acidente

MORFINA
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Dependência psíquica e psiquiátrica.
 - Psicoses esquizofrênicas.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

SOLVENTES
Uso casual

- Riscos físicos**
- Embraguez imediata, confusão mental, alucinação.
 - Vômitos, edema agudo do pulmão.
- Risco social**
- Violência & Acidente

SOLVENTES
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Irritação dos olhos, do nariz, das vias respiratórias.
 - Perturbações da memória, dificuldades respiratórias, fraqueza física, parada cardíaca.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

ÁLCOOL
Uso casual

- Riscos físicos**
- Falta de concentração, reflexos mais lentos.
- Risco social**
- Violência & Acidente

ÁLCOOL
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Desintegração do coração, do fígado, do estômago.
 - Extrema dependência,
 - Cirrose do fígado.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

CANNABIS (em todas as formas)
Uso casual

- Riscos físicos**
- Falta de concentração, reflexos mais lentos, forte hilaridade, alegria sem medida.
- Risco social**
- Violência & Acidente

CANNABIS (em todas as formas)
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Comprometimento do pulmão em caso de mistura com o tabaco.
 - Perturbações psíquicas.
 - Falta de apetite, cansaço extremo.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

COCAÍNA
Uso casual

- Riscos físicos**
- Convulsões, vômitos, visão mais lenta.
 - Perturbações momentâneas.
- Risco social**
- Violência & Acidente

COCAÍNA
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Gastrites e pancreatites, depressão dos centros nervosos.
 - Insuficiência cardíaca e respiratória.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

HEROÍNA
Uso casual

- Riscos físicos**
- Sentimento de desconfiança e de perseguição.
 - Abandono das tarefas cotidianas.
- Risco social**
- Violência & Acidente

HEROÍNA
Uso abusivo

- Riscos físicos**
- Cóleras incontrolláveis, paranóia.
 - Perturbações neurológicas e coma mortal.
- Risco social**
- Destruição familiar
 - Fracasso escolar e profissional
 - Exclusão social
 - Delinquência
 - Isolamento
 - Marginalização

CRACK
Uso casual
Riscos físicos

•Prejuízos rápidos no cérebro, graves alterações das vias respiratórias.

Risco social

•Violência & Acidente

CRACK
Uso abusivo
Riscos físicos

•Uma forte dependência psíquica e neurotoxicidade importante.

Risco social

•Destruição familiar
•Fracasso escolar e profissional
•Exclusão social
•Delinquência
•Isolamento
•Marginalização

ÓPIO
Uso casual
Riscos físicos

•Emagrecimento, palidez, olhar fixo com miose.

Risco social

•Violência & Acidente

ÓPIO
Uso abusivo
Riscos físicos

•Ele se torna indiferente a tudo, ausência de sono e fraqueza imensa.

Risco social

•Destruição familiar
•Fracasso escolar e profissional
•Exclusão social
•Delinquência
•Isolamento
•Marginalização

4. Como prevenir os comportamentos de risco?

- **Papel da família** : Os pais e os agentes educacionais podem reduzir ou diminuir a forte influência exercida pelos pares e pelo meio social e cultural.

- **As campanhas de informação** e a animação de grupos de prevenção exercem uma certa influência sobre os adolescentes e permitem reduzir os comportamentos de desejo de experimentar e de provar as drogas.

► **É a sua vez!**

(1) **Para melhor explicar para os adolescentes os riscos** ligados aos experimentos de tabaco e, também, as consequências de dependências precoces e duráveis.

(2) **Todos podem também escutar os outros e apoiá-los.**

5. Onde ir?

► **A completar pelo animador e distribuir aos jovens para informação.**

Qual órgão procurar?

Endereço do órgão :

Número do telefone :

Serviços propostos :

Custo :

Existe um centro de acompanhamento/orientação no seu bairro ou na sua cidade?

Endereço :

Número de telefone :

MÊS 2 : A MINHA ADOLESCÊNCIA

FICHA DE ATIVIDADE 7 : COMPORTAMENTOS DE RISCO (2)

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Levar os jovens a entender melhor o que é a exploração sexual das crianças.
- Levar os jovens a refletir sobre as causas e as consequências da exploração sexual das crianças.
- Levar os jovens a assumir sua responsabilidade diante de um(a) amigo(a) que cai na armadilha da exploração sexual.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	<i>Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.</i>	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre as drogas.	Alguns jovens voluntários são convidados a falar sobre o que eles aprenderam na última oficina sobre as drogas.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	10 min
3. Temática :	Introduzir a sessão com o vídeo sobre a exploração sexual (ver em anexo).	15 min
O que é a exploração sexual das crianças?	+ debate : ► O que é a exploração sexual das crianças? ► Você conhece jovens que caíram nessa armadilha? ► Atinge tanto as moças que os rapazes? ► Quais são as consequências para a saúde?	30 min
Jogo pessoas e objetos	Dividir os adolescentes em 3 grupos. 1 grupo representa os objetos, 1 outro as pessoas e o último os observadores. As regras são as seguintes : 1/ o grupo dos objetos : não pode pensar, nem sentir, nem tomar decisão e deve fazer o que as pessoas dizem. Se um objeto quer se mexer ou fazer alguma coisa, ele deve pedir permissão à pessoa. 2/ o grupo de pessoas : as pessoas pensam, sentem, tomam decisões e podem pedir o que quiserem aos objetos. 3/ o grupo dos observadores : eles observam em silêncio. O grupo de pessoas pode pedir para os objetos o que eles quiserem. O animador observa se não há nenhum abuso. Depois de 5 minutos, invertem-se os papéis. + debate : ► Como nos sentimos quando somos tratados como um objeto? ► Como nos sentimos quando tratamos alguém como um objeto?	60 min

	► <i>Como nos sentimos quando observamos sem dizer nada ? Você gostaria de ter intervindo ? Para fazer o quê ?</i> ► <i>Isso acontece na vida real ? Você conhece exemplos ?</i> ► <i>Qual destes 3 grupos você escolheria ? Porquê ?</i>	
4. Exercício prático :	Em pequenos grupos, os jovens refletem sobre a situação seguinte : um(a) amigo(a) cai na armadilha da exploração sexual. O que você pode fazer para ajudar ? + Restituição. Cada grupo designa um porta voz para apresentar os resultados das reflexões do seu grupo. +compartilhem suas ideias : ► <i>Existem leis que protegem contra a exploração sexual das crianças ? você conhece alguma ?</i> ► <i>Existem instituições que podem ajudar ?</i> ► <i>Como podemos ajudar um(a) amigo(a) que cai na armadilha da exploração sexual ?</i>	30 min
5. Avaliação da sessão	Cada participante é convidado a dar sua impressão sobre a sessão. Você aprendeu alguma coisa ? Que você vai poder utilizar na sua vida ?	10 min
6. Apresentação da próxima ofcina mes sobre a saúde	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Quadro + canetas de quadro
- Data show

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição sobre o amor
2. Causas e consequências
3. Como prevenir os comportamentos de risco

PARA COMPLETAR ESSE ENCONTRO

► *Pesquisar sobre as leis e as instituições existentes que podem ajudar os jovens que caem na armadilha da exploração sexual.*

1. Definição

A exploração sexual das crianças: uma calamidade que atinge todos os continentes.

- Cada segundo : uma criança é violada, torturada ou abusada no mundo.
- Na Ásia : Mais de 1 milhão de crianças são exploradas sexualmente.
- O número de menores que alimentam as redes de prostituição é estimada em 3 milhões. Este fenômeno está em crescimento constante pois a atividade é cada vez mais lucrativa.



Definição de prostituição infantil

A prostituição infantil designa a utilização de uma criança para atividades sexuais em troca de uma remuneração ou de qualquer outra forma de contribuição (presentes, comida, roupas, etc). Esta atividade está englobada na noção de exploração sexual.

Estas crianças trabalham na rua ou nos estabelecimentos tais como casas fechadas, discotecas, casas de massagem, bares, hotéis ou restaurantes. As crianças levadas à prostituição são tanto meninas que meninos.

A prostituição de crianças é um problema grave em vários países. A exploração sexual de crianças através da prostituição existe há muito tempo e se estende na escala mundial. Em alguns países, ela existiu durante séculos, enraizadas em práticas históricas e culturais.

2. Causas e consequências

Porque existe a exploração sexual das crianças ?

A pobreza é geralmente a primeira resposta à pergunta. Entretanto, ela não pode explicar sozinha a exploração sexual das crianças com fins comerciais. Muitas crianças originarias de famílias pobres não participam de modo nenhum ao comércio sexual, enquanto muitas crianças originarias de famílias não pobres se submetem. A exploração sexual das crianças se produz também nos países “desenvolvidos” e nos países “em desenvolvimento”.

Quando estudamos o que torna as crianças vulneráveis à exploração sexual com fins comerciais, outros fatores são levados em consideração :

► **Viver e trabalhar na rua**

Na maior parte das grandes cidades dos países em desenvolvimento, muitas crianças vivem nas ruas. Elas se prostituem com frequência para poder sobreviver, e comparada a outras formas de exploração, seus ganhos são poucos.

► **Os abusos familiares e a rejeição das crianças**

Cerca de 80% das crianças vítimas de exploração sexual com fins comerciais sofrem de maus tratos psicológicos e/ou físicos no seu núcleo familiar, e a maior parte delas foram vítimas de agressão sexual, de uma forma ou de outra, por um membro ou amigo da família.

Depoimentos das crianças, sexualmente exploradas, que participaram da Conferência Internacional da Juventude de 1998 : elas declararam que foram entregues ao comércio sexual quando um de seus pais ou os dois as fizeram entender claramente que elas foram resultado de um erro e não foram desejadas. Outras explicaram que a prostituição foi para elas um pedido de socorro e um pedido de amor.

► **Os conflitos armados**

As crianças são separadas com frequência de seus pais dentro do caos gerado por conflitos, êxodos e movimentos das populações ; outras são órfãs. As crianças não acompanhadas são particularmente vulneráveis, e correm o risco de serem abusadas sexualmente ou exploradas. O crescimento freqüente dos conflitos armados no mundo gerou um número muito grande de crianças “presa fácil” para os exploradores.



► A sociedade de consumo/o materialismo

Em muitos países desenvolvidos, jovens são levados à prostituição, não enquanto membros desfavorecidos tentando escapar da pobreza, mas enquanto membros da classe média abatidos por uma forte pressão de possuir alguns bens de consumo e de luxo representativos de um certo status social. Esta pressão cria rapidamente uma enorme necessidade de dinheiro que só pode ser preenchida através de atividades como o comércio do sexo.

► Órfãos da AIDS

Órfãos, ou crianças responsáveis pelos cuidados de seus irmãos e irmãs mais novos, podem ser vítimas de abuso e de exploração sexual.

► Comportamento sexual irresponsável

Alguns homens procuram relações sexuais com jovens mulheres virgens, seja ou não no contexto social do casamento. Além disso, as relações sexuais com uma virgem ou uma criança são objeto de diversos mitos ou de grandes preconceitos.

► Tradição e costumes nefastos.

São as práticas de casamento de crianças precoces, forçadas ou em um tempo determinado, mas existem outros costumes e tradições que tornam a criança vulnerável à exploração sexual. Em vários países, a maior parte das filhas de mães prostituídas tornam-se elas mesmas prostitutas. Isto pode ser por causa das estruturas sociais rígidas, como o sistema de castas, ou simplesmente por causa da discriminação social. Que isto aconteça oficialmente ou não, o resultado é quase o mesmo : as crianças de mães prostituídas têm raramente a possibilidade de viver de outra maneira.

Por que escolher crianças em vez de adultos ?

É mais fácil abusar de uma criança do que um adulto. Os exploradores sexuais apreciam a docilidade das crianças, pois elas são menores para se defender. Esta atitude desviante é freqüentemente justificada pelo sentimento de potência sexual e econômica, pelo desejo de novas experiências ou pelo sentimento de impunidade ligados ao anonimato.

Ademais, alguns mitos e preconceitos justificariam a procura de relações sexuais com as crianças.

Em vários países asiáticos, por exemplo, um grande número de homens estão convencidos que o fato de ter relações sexuais com jovens muito novas (presumidas a serem virgens, ou terem tido muito pouco parceiros) evitaria que eles contraissem o vírus da AIDS. Alguns até acreditam que tais relações podem até vir a curar a AIDS. Além disso, muitos homens acreditam que as relações sexuais com uma virgem lhes trará de volta a juventude, aumentará a vitalidade deles trazendo saúde, longevidade, sorte, ou sucesso nos negócios. Um grande número destes mitos e preconceitos também existe em alguns países da África.



Conseqüências para a criança ?

A prostituição infantil gera **efeitos negativos para o bem estar e o equilíbrio da criança** que mais tarde pode tornar-se, por sua vez, uma proxeneta.

Não acesso aos serviços

As crianças exploradas sexualmente são quase sempre crianças descolarizados. Marginalizadas, rejeitadas pelos próximos e pela sociedade. Elas não têm acesso aos cuidados de saúde e as condições de higiene são alarmantes.

Propagação do vírus da aids

A prostituição favorece a propagação do vírus. Muitos clientes recusam ter relações sexuais protegidos com uma criança. As crianças estão vulneráveis a todas às doenças sexualmente transmitidas.

Síndromes físicas e psicológicas

No plano físico, podemos observar na criança lesões tais quais rupturas vaginais, sequelas físicas de torturas, dores, infecções ou gravidez não desejadas.

No plano psicológico, a criança também pode apresentar vários sintomas tais como perturbações depressivas, transtornos de personalidade ou de identidade sexual e de comportamento (agressividade, cólera) perturbações do sono, perda de confiança em si, desconfiança ou ódio em relação aos adultos ; sintomas que causam impacto durante muito tempo sobre a personalidade.

3. O que fazer ?

► É a sua vez !

•Pesquisar sobre as leis e sobre as instituições.

•Cada um também pode escutar os outros e apoiar.



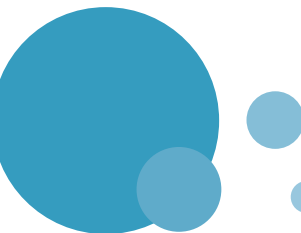
Vídeo sobre a exploração sexual :
<http://www.youtube.com/watch?v=shBpIJjh88>



Campanha de Prevenção à Violência Sexual contra Crianças e Adolescentes no Brasil
http://www.metrório.com.br/noticias/imagens/cartilha_exploracao_infantil.pdf

Berta,
17 anos,
Moçambique

“Eu também posso ajudar meus amigos contra a exploração sexual. Se por exemplo, eu encontro uma criança que foi vítima de abuso sexual por uma pessoa velha com um objetivo econômico, eu posso chamar a polícia. Felizmente, existem no meu país organizações que acordam as consciências sobre a exploração sexual e este trabalho frutifica.”



MÊS 3 : SAÚDE E PREVENÇÃO
FICHA DE ATIVIDADE 1 : NUTRIÇÃO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Melhorar o conhecimento dos jovens sobre a nutrição
 - Sensibilizar os jovens sobre a importância de uma alimentação diversificada e equilibrada
 - Capacitar os jovens no ramo da saúde e colocar em prática ações sensibilizadoras

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo introdutório para a temática do mês	Jogo do ganso sobre a saúde (ver anexo 1)	30 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a exploração sexual das crianças.	Alguns jovens voluntários são convidados a falar sobre a última oficina sobre a exploração sexual das crianças.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Nutrição	Chauva de ideias com os jovens com as perguntas seguintes : ► O que tem no meu prato ? ► Quais são os nutrientes ? ► A que família de alimentos estes nutrientes pertencem ? Qual família não está presente ? (informação complementar no anexo 1 & 2).	20 min
	Jogo das ondas para entender o que é uma alimentação saudável e equilibrada. (ver anexo 3)	20 min
4. Exercício prático : Oficina criativa sobre a pirâmide alimentar	Dividir os adolescentes em pequenos grupos. Cada grupo vai refletir sobre a elaboração de um material com o tema da nutrição : - Realização de uma pirâmide alimentar - Criação de um cartaz sobre o direito à alimentação - Elaboração de um artigo sobre nutrição - Realização de slogans sobre nutrição Os jovens poderão depois utilizar essas criações para sensibilizar a comunidade.	60 min
	O animador termina a oficina lançando o debate sobre os perigos da má nutrição. (ficha informativa em anexo).	20 min
5. Avaliação da oficina	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a oficina, indicando 3 pontos que eles aprendem, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre a água.	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSÁRIO :

- Cartolina de cores diferentes para as famílias dos alimentos
- Papel gigante
- Lapis de cores, tesoura, cola

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. Definição
2. Como se alimentar bem ? os diferentes nutrientes e a pirâmide alimentar
3. Jogo das ondas para uma alimentação saudável e equilibrada
4. A alimentação é um direito
5. Ficha informativa sobre a má nutrição

PARA COMPLEMENTAR A OFICINA

► Organizar uma refeição saudável e equilibrada no bairro.

1. Definição

A comida ou alimento é um elemento de origem animal ou vegetal (as vezes mineral) consumido pelos seres vivos que permite o funcionamento do organismo. A **nutrição** designa os processos pelos quais um ser humano transforma os alimentos para assegurar o seu funcionamento. A qualidade da alimentação tem um impacto sobre a saúde. Uma alimentação saudável consiste em respeitar o equilíbrio alimentar.

Importância da nutrição durante a adolescência

Uma nutrição adequada é particularmente importante durante a adolescência, pois trata-se de um período de crescimento rápido.

2.Como se alimentar bem ?

O que é uma família alimentar?

Os alimentos são classificados por famílias em função dos benefícios em nutrientes. Existem 8 famílias alimentares.

Nenhum alimento sozinho possui todos os nutrientes indispensáveis ao nosso organismo. É por isso que é aconselhável consumir diferentes alimentos das 8 famílias alimentares, seja durante uma refeição, um dia ou uma semana.

► Os diferentes nutrientes que o nosso corpo precisa :

Os nutrientes são o que constituem os alimentos. Cada um tem um papel diferente no nosso organismo. Existem 5 grandes categorias de nutrientes :

- 1) As proteínas
- São os **materiais de construção do nosso corpo**. Elas têm um papel indispensável no período de crescimento e intervêm no sistema imunitário. Durante a vida inteira, elas asseguram a manutenção e a reconstituição dos tecidos e órgãos (cicatrização de uma ferida, renovação dos tecidos, crescimento das unhas e dos cabelos...).
Exemplo : carne, aves, ovo, leite, queijo e iogurte, amendoins, feijões, ervilha, soja.
- 2) Os glúcídeos (os açúcares)
- Assim como a gasolina de um carro, os glúcídeos têm um **papel de combustível no nosso organismo**. Eles são a principal fonte de energia que assegura o funcionamento dos nossos órgãos e que é necessária para as atividades cotidianas.
Exemplo : milho, arroz, pão, trigo, pão, biscoitos.
- 3) Os lipídios (as graxas)
- Assim como os glúcídeos, os lipídios são uma **fonte de energia**. Entretanto, eles são armazenados antes de serem utilizados. Alguns deles são chamados de essenciais (ômega 3-6-9) e também têm um papel importante no crescimento e na construção do corpo e do cérebro.
Exemplo : óleo de amendoim, de palma, manteiga, queijo.

4) As vitaminas

As vitaminas têm um **papel de « protetor » em relação às doenças e os micróbios**. São substâncias que o corpo não pode fabricar. Elas têm um papel essencial tal como o de proteção, construção... Assim, a vitamina C intervém no sistema imunitário e na cicatrização, a vitamina D fixa o cálcio nos ossos...

Exemplo : as frutas e os legumes

5) Os sais minerais

Cada sal mineral tem a sua especificidade. Os mais conhecidos são o cálcio e o ferro. O primeiro é utilizado para a **construção e a manutenção dos nossos ossos e nossos dentes**. Quanto ao ferro, ele permite o **transporte de oxigênio no sangue**.

Exemplo : Abacaxi, alho, banana, amendoim, cenoura, limão, espinafre, côco, castanha de caju, cebola, tomate.

A água é um nutriente fundamental para a vida. O organismo precisa estar constantemente hidratado para se construir e se renovar.

Um jovem satisfeito não está necessariamente bem nutrido.

Um jovem bem nutrido deve comer todos os dias os diferentes tipos de alimentos em quantidade suficiente para crescer, ter força e estar saudável.

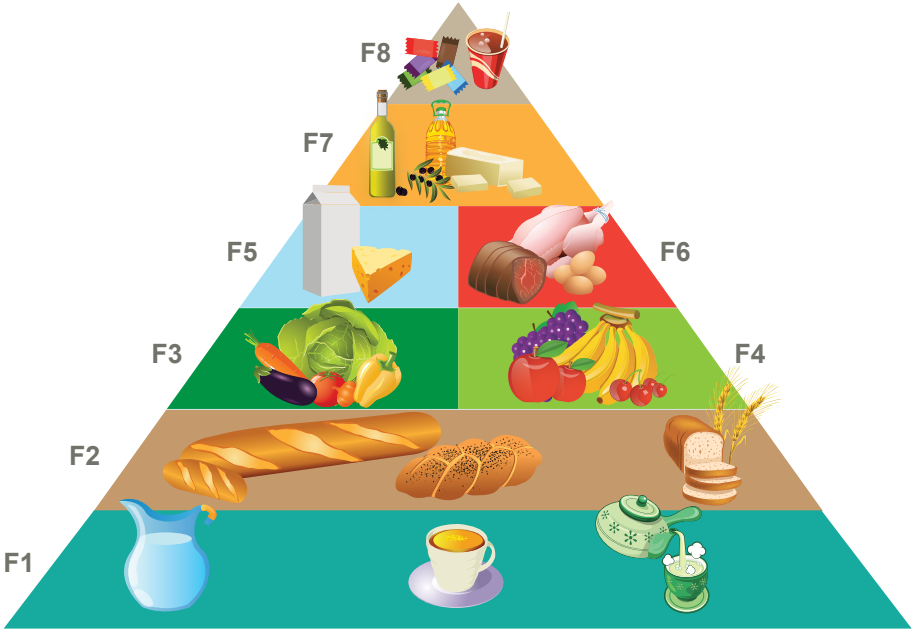
► A pirâmide alimentar :

As 8 famílias alimentares estão representadas na forma de uma pirâmide.

Por que uma pirâmide ?

Ela permite ver a importância de cada grupo alimentar. Os alimentos que devemos consumir em grande quantidade encontram-se em baixo da pirâmide. Se nós retiramos estes grupos da nossa alimentação, a pirâmide estará em desequilíbrio e poderá desmoronar.

Se retiramos os alimentos que constituem o topo, a pirâmide fica reta. Então eles não são indispensáveis para nossa alimentação.



Pirâmide equilibrada = alimentação equilibrada

Grupo azul escuro (F1) : água

A água constitui a base da pirâmide, então ela é muito importante. Ela representa mais de 60 % do peso do corpo ! Nosso organismo precisa dela para funcionar bem.

Grupo marrom (F2) : hidratos de carbono

Neste grupo encontramos : o pão, as massas, o arroz, os cereais, as batatas, as leguminosas... Eles devem estar presentes em cada refeição e representar praticamente a metade da alimentação sólida, pois são as principais fontes de energia da nossa alimentação.

Grupo verde escuro (F3) : os legumes

Grupo verde claro (F4) : as frutas

Os alimentos desses 2 grupos são indispensáveis para suprir as necessidades em fibras, em vitaminas e em minerais. Deste modo, as frutas são frequentemente esquecidas na nossa alimentação cotidiana !

Grupo azul claro (F5) : os produtos derivados do leite

Neste grupo encontramos : o leite, o queijo, o iogurte, os produtos de soja... Eles fornecem proteínas fundamentais, vitaminas e minerais tais como o cálcio. Assim como as frutas e os legumes, os produtos lácteos são esquecidos com frequência na nossa alimentação.

Grupo vermelho (F6) : as carnes, aves, peixes e ovos

Neste grupo temos : a carne (boi, porco, vitelo, etc.) as aves, animal de caça os peixes, os ovos e os defumados. Ele é o principal fornecedor de proteínas. Ele constitui também uma excelente fonte de ferro.

Grupo amarelo (F7) : Óleos e gorduras

Neste grupo encontra-se : a manteiga, a margarina, o óleo, o creme de leite...

Os óleos e gorduras são indispensáveis para o bom funcionamento do organismo, mas deve-se consumir com moderação visto que os outros alimentos também contêm em grande quantidade. Os óleos e as gorduras fornecem ácidos graxos essenciais, vitaminas e muita energia.

Grupo laranja (F8) : os extras

O grupo compreende : os bombons, o chocolate, as frituras, os biscoitos, soda...

Neste grupo, encontramos todos os alimentos que não são indispensáveis em uma alimentação saudável e equilibrada. De fato, eles possuem muitas calorias e poucos nutrientes bons. Em geral, eles são muito doces, muito salgados ou muito oleosos. Entretanto, eles são frequentemente fonte de prazer, então não se deve excluir totalmente.

3. Jogo das ondas

Regras do jogo : O animador divide os jovens em duas ondas e os atribuem números. O animador se coloca no meio e põe uma bola no chão, ele chama um número, o primeiro a pegar a bola ganha 2 pontos, depois ele responde a pergunta, se ele consegue, ele ganha 2 pontos suplementares. No caso contrário, é a outra onda que responde, se ela consegue, ela ganha 1 ponto. E assim sucessivamente até a última pergunta preparada pelo animador. A onda que contabiliza o maior número de pontos ganha a partida.

10 perguntas sobre a alimentação saudável e equilibrada :

- A. O que é a comida ?
- B. Por que a nutrição é importante durante a adolescência ?
- C. O que é uma família alimentar ?
- D. Quantas famílias alimentares existem ?
- E. Explique o princípio da pirâmide alimentar ?
- F. O que é um nutriente ?
- G. Existem quantas categorias de nutrientes ?
- H. Cite 3 tipos diferentes de nutrientes
- I. Cite 3 famílias alimentares
- J. Explique o direito à alimentação
- K. Cite o Objetivo para o Novo Milênio em relação à alimentação

4. A alimentação = um direito

O direito à alimentação é reconhecido na **Convenção internacional dos direitos da criança** :

•Artigo 6 :

- Todas as crianças têm o direito à vida
- Todas as medidas devem ser tomadas para cuidar da sobrevivência e do desenvolvimento da criança.

•Artigo 24 : obrigação dos Estados de reduzir a mortalidade das crianças, lutar contra a má nutrição e isto, fornecendo à população informações, água potável, alimentos nutritivos, se necessário.

Os Objetivos de desenvolvimento para o novo Milênio :



•OMD 1 : Reduzir pela metade a fome no mundo

•16 de outubro : Dia mundial da Alimentação

Ficha informativa : a má nutrição

A má nutrição é a doença mais expandida no mundo. Ela resulta de um desequilíbrio entre os benefícios nutritivos e as necessidades do organismo e se refere a uma consumação insuficiente ou excessiva dos nutrientes no organismo. Ela atinge principalmente **as crianças de menos de 2 anos**, mas também as crianças de menos de 5 anos, os adolescentes, as mulheres grávidas ou que amamentam, os seropositivos, os refugiados e deslocados. Ela atinge mais de 143 milhões de crianças de menos de 5 anos.

Causas & Consequências

A **falta de acesso à uma alimentação suficientemente nutritiva** é a principal causa dos problemas de nutrição, mais graves ainda quando a comida é distribuída de maneira desigual nas famílias (quando os filhos são mais bem nutridos que as filhas, por exemplo, ou quando a esposa e as filhas são alimentadas por último).

A má nutrição **é prejudicial às capacidades de aprendizagem e diminui a resistência às infecções**. Ela prejudica a saúde das mães e das crianças e é frequentemente mortal.

A má nutrição é também a consumação excessiva de alimentos ricos em matérias graxas e em açúcares, causa de obesidade e que contribui com muitos problemas de saúde, tais quais a diabete, a hipertensão arterial e as doenças do coração.

A educação em perigo

A má nutrição impede as crianças de ir à escola ou limita enormemente suas **capacidades de se concentrar**. Uma criança mal nutrida não é capaz de seguir atentamente a aula. Enfraquecida, as vezes cega, **ela será pouco a pouco afastada do sistema escolar**.

Combater a má nutrição ?

- Desenvolvimento local dos cuidados de saúde
- Acesso à 1 comida adaptada
- Acesso à água e o saneamento.



- ▶ A má nutrição é a consequência de uma alimentação insuficiente tanto em qualidade como em quantidade.
- ▶ A fome e a má nutrição matam mais que a AIDS, o paludismo e a tuberculose juntas.
- ▶ Falamos atualmente de « **urgência silenciosa** », pois os sintomas nem sempre são visíveis.

Anexo 1 : Jogo do ganso sobre a saúde

▶ Jogo a reproduzir em formato gigante antes da oficina e a adaptar ao contexto.



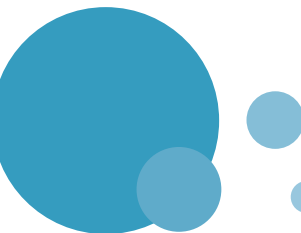
Regras do jogo :

- Ter um dado de 6 faces.
- Os jogadores escolhem os seus piões, cada um deve ter um pião de formato ou cor diferente.
- Cada jogador lança o dado. O primeiro que faz 6 começa.
- O jogador situado à esquerda continua e assim sucessivamente. Cada um, na sua vez, joga o dado e faz caminhar o seu pião no número de casas equivalentes ao número tirado no dado.

•Se o pião cai em uma casa de fundo verde : o jogador deve descrever o que tem na casa e tentar explicar em que é útil e/ou bom para a saúde.

•Se o pião cai em uma casa de fundo amarelo : o jogador deve encontrar um nome de doença começando pela letra indicada na casa. Se ele encontra, ele lança novamente o dado !

•Se o pião cai em uma casa de fundo vermelho : O jogador deve descrever o que tem na casa e tentar explicar em que isto pode ser prejudicial para a saúde e porquê é necessário tomar cuidado.



MÊS 3 :
FICHA DE ATIVIDADE 2 :
SAÚDE E PREVENÇÃO
A ÁGUA

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Explicar aos jovens o ciclo da água e a importância da preservação da água
 - Ensinar os jovens a melhorar as condições de acesso à água do bairro

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	5 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a nutrição.	Alguns jovens voluntários são convidados a falar da última oficina sobre a nutrição.	5 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : A água é a vida	Chuva de ideias sobre as perguntas seguintes : ► O que é a água ? Porquê ela é importante ? ► Qual é o consumo cotidiano de água ? ► Onde se encontra água na África ? ► Qual é a problemática : água e educação ? O animador pode completar a atividade com os anexos 1, 2, 3 & 6. O animador explica o ciclo da água (Anexo 4). Formar pequenos grupos e distribuir o Quiz (Anexo 7). Cada grupo deve refletir sobre as respostas do Quiz. + Apresentação de cada grupo por um porta-voz.	40 min
Exercício : O ciclo da Água	O animador lança o debate sobre a água no bairro : ► Onde há acesso à água no bairro ? ► Existe uma taxa ? ► Funciona bem ? ► Quem é o responsável ?	20 min
4. Exercício prático : Gestão da água no bairro	Os jovens dividem-se em pequenos grupos e imaginam pequenas peças de teatro para ilustrar a problemática da gestão da água no bairro. + Apresentação de cada grupo por um porta-voz.	40 min
O que podemos fazer ?	► À nível individual, o que podemos fazer para preservar a água ? ► À nível comunitário, o que podemos fazer para melhorar a administração da água no bairro ? Estabelecer um plano de ação comum	20 min

5. Avaliação da oficina	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina : agua, higiene e saneamento	Apresentado pelo animador	5 min

- MATERIAL NECESSÁRIO :
- Papel gigante + canetas marcadoras
 - Quiz Água (para distribuir)

- INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :
1. Definição
 2. A Água é a vida
 3. Consumo cotidiano
 4. O ciclo da água
 5. O que podemos fazer ?
 6. A água: um desafio para a educação ?
 7. Quiz

1. Definição

Definição : Substância líquida e natural inodora, incolor, e sem sabor no estado puro (formula química H2O).

De onde vem a água ?

-  Estado Líquido – nos oceanos (água salgada), rios e lagos (água doce) e no subsolo : os lençóis freáticos.
-  Estado Gasoso – na atmosfera, a água vem da evaporação de todas as superfícies úmidas - mares, rios e lagos.
-  Estado Sólido – nas regiões frias do planeta e nos polos : a água se encontra na forma de neve e de gelo.

2. A água é vital !!



A água é essencial para a vida. O ser humano pode ficar até 5 minutos sem respirar, até 35 dias sem comer, mas não podemos sobreviver mais de 72 horas sem água.

77% da superfície da Terra é formada de água ; é por essa razão que ela se chama « o planeta azul ».

- A utilização da água é múltipla :
- A agricultura representa 70% do consumo de água doce do planeta. A agricultura é a atividade que consome a maioria da água disponível no mundo : 3/4 do volume da água mundial é consumido pela irrigação das plantas.
 - A indústria representa aproximadamente 20% do consumo de água doce do planeta.
 - As utilizações domésticas representam entre 8 e 9% do consumo de água doce do planeta.

3. Consumo cotidiano de água para uso doméstico

Necessidades básicas para o homem : 20 litros por dia.

- Na África, o consumo médio por habitante está entre 10 e 50 litros de água por dia.
- Na Ásia e na América do Sul, entre 50 e 100 litros.
- Uma torneira que pinga pode gerar um consumo de 300 litros de água por dia!



Onde se encontra água na África ?

A África possui cerca de 9% dos recursos mundiais de água para atender as necessidades de 13% da população mundial.

No total, 62% dos africanos não tem acesso à água

Muitas pessoas devem ir buscar água longe da casa.

► **A água é rara e preciosa.**

Rumo a uma escassez ?

- 9 países se dividem 60% da água doce do mundo (Brasil, Rússia, China, Canadá, Indonésia, Estados Unidos, Índia, Colúmbia e Zaire)
- Em 2025, cerca de 6 bilhões de 8 bilhões dos seres humanos são confrontados a **escassez** de água.



4. O ciclo da Água



A quantidade total de água na Terra é sempre a mesma, pois ela segue um ciclo. Nós não podemos nem aumentar nem reduzir esta quantidade.

Toda a água do planeta está em **movimento constante**, passando de um estado (sólido, líquido, gasoso) para outro, permitindo assim, a vida na Terra. É o que chamamos de **ciclo da água**.

A água, na natureza, muda perpetuamente de estado físico. Sob a ação do calor do Sol, a água da superfície terrestre se evapora e se transforma em vapor de água. Esse vapor sobe para a atmosfera e se acumula. Quando a água encontra as camadas frias, ela se condensa, forma pequenas gotas de água que encontram outras gotas formando as nuvens.

As nuvens formadas, quando elas estão muito pesadas, por causa da quantidade de água que elas contêm, caem na superfície terrestre na forma de chuva. Uma parte da água penetra no solo e forma camadas de água subterrânea. A outra parte escoar nos rios, mares, lagos, oceanos, etc. Com o calor do Sol, a água se evapora novamente. E assim por diante.

O ciclo da água é infinito ; assim, a água que nós bebemos hoje é a mesma que os dinossauros bebiam !

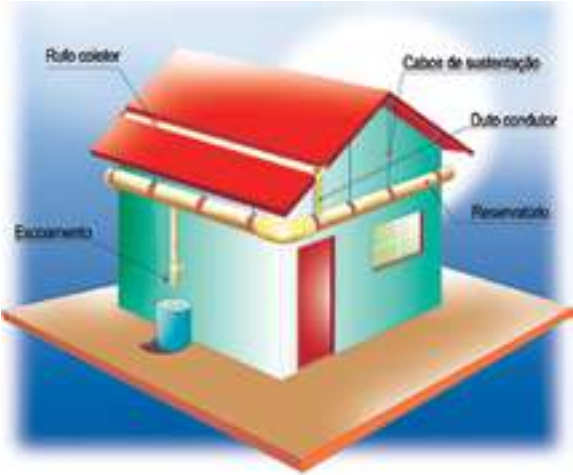
O ciclo da água é muito importante para a manutenção da vida no planeta Terra. É este ciclo que permite a criação das condições favoráveis ao bom desenvolvimento das plantas e dos animais e ao bom funcionamento dos rios, oceanos e lagos.

5. O que podemos fazer?

► A nível individual

Muitas pessoas pensam que a responsabilidade é do governo, das empresas e das indústrias, que são os principais poluidores. Mas **todo mundo pode contribuir para a preservação da Terra**. Atitudes simples a serem adotadas estão ao alcance de todos :

- Respeitar o ciclo da água : não jogar dejetos nos rios e nos lagos e limpar a encanação da água.
- Proteger a encanação da água por uma construção em cimento.
- Utilizar a água limpa com parcimônia.
- Recolher e utilizar a água da chuva.
- Evitar lavar roupas diretamente no rio.
- Construir um sanitário para não sujar a água de beber com os materiais fecais.



► A nível de comunidade

- Sensibilizar a população : **a água é a fonte de toda a vida no planeta** ; é ela que nos nutre e minar a sua essência afeta a todos nós diretamente. Mobilizar **sua** comunidade e promover ações e projetos de preservação do meio ambiente e dos recursos de água.
- Responsabilizar os governantes** para a criação e implantação de leis que protegem a natureza.
- Interagir enquanto consumidor com os membros do comitê da água (mais acessíveis que as autoridade públicas) ; são eles os responsáveis pela pureza da água e pela manutenção (exemplo : hidrante vazando, consertar o muro de proteção aos animais, etc...)

A água, preserve ela hoje para que nunca falte !

6. A água : desafio para a educação

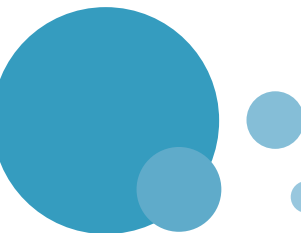
Os efeitos relacionados à distância de uma fonte de água potável na escolarização das crianças

O acesso à água é um dos principais motivos do problema de escolarização das crianças. Hoje, mais de 100 milhões de crianças não vão à escola, por causa do distanciamento de um ponto de água potável, o que obriga as crianças (e principalmente as meninas) ter o trabalho árduo de ir buscar água cotidianamente para a casa. Deste modo, as crianças não têm mais tempo de ir à escola.

Ademais, as doenças que as crianças contraem por falta de acesso à água potável ou por falta de higiene também são responsáveis por impossibilitar o acesso à escola.

Por outro lado, as escolas não são equipadas com banheiros ou vasos, o que constitui impedimento à escolarização das jovens mulheres, pois os pais deixarão mais facilmente as suas filhas irem à escola se eles estiverem convencidos que a segurança e a dignidade delas estão sendo preservadas. **Todos esses motivos mostram o quanto a falta de acesso à água potável pode ter consequências nefastas sobre o direito à educação das crianças.**





MÊS 3 :
FICHA DE ATIVIDADE 3 :

SAÚDE E PREVENÇÃO
ÁGUA, HIGIENE E SANEAMENTO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Sensibilizar os jovens sobre os diferentes tipos de doenças ligadas à água
 - Ensinar aos jovens como prevenir essas doenças

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	5 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a água	Alguns jovens voluntários são convidados a falar da última oficina sobre a água.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : A água é a vida, mas... Doenças ligadas À Água	Chuva de ideias com os jovens sobre as perguntas seguintes : ► O que é água potável ? ► Podemos beber qualquer água ? O animador completa as informações com o anexo 1. Alguns jovens são convidados a falar sobre algum caso de cólera e de malária que eles conhecem na comunidade. Dividir os jovens em 6 pequenos grupos : 2 grupos sobre o cólera e 2 sobre o paludismo para responder às perguntas seguintes : ► Quais são os sintomas ? ► Quais são os meios de transmissão ? ► Qual é o tratamento ? ► Quais são os meios de prevenção ? + 2 grupos sobre os meios de transmissão da diarreia para responder às perguntas seguintes : ► Quais são os meios de transmissão da diarreia ? ► Quais são as principais medidas a adotar para evitar a transmissão ? + Apresentação das respostas de cada grupo por um porta-voz. O animador mostra as boas respostas com a ajuda das informações do anexo 2 e enfatiza sobre o ciclo de transmissão da diarreia e os bons gestos a adotar.	60 min

4. Exercício prático : Construção de uma pia para lavar as mãos com sabonete no bairro	Os jovens dividem-se em pequenos grupos e cada um vai identificar um lugar adequado no bairro para construir uma pia para lavar as mãos (diagrama em anexo). + Débriefing de cada grupo sobre a experiência da construção da pia para lavar as mãos.	60 min
5. Avaliação da oficina	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina : água, higiene e saneamento (2)	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSÁRIO :

- Papel gigante + marcadores
- Garrafas de plástico + fio de ferro ou corda + pedaços de madeira + sabonete + recipiente

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. Água potável
2. Doenças ligadas à água : causas e consequências
3. Construção de uma pia para lavar as mãos com sabonete

SUGESTÃO PARA A ATIVIDADE MULTIPLICADORA DO MÊS :

► Sensibilizar a família, os amigos e a comunidade sobre a importância de lavar as mãos e utilizar mosquiteiros em cada cama da família.

1. Podemos beber qualquer água ?

Somente 1% da água é disponível para as atividades humanas como beber, comer, cultivar, construir. Mas a água disponível nem sempre é uma água potável, pois a água pode estar poluída.

A água é considerada como potável quando ela pode ser consumida pelos seres humanos. Infelizmente, a maior parte da água dos continentes está contaminada e não pode ser ingerida diretamente. Limpar e tratar a água é um processo caro e complexo, destinado a eliminar os agentes de contaminação da água que podem causar um risco para a saúde.



- !
- As populações que têm acesso a um ponto de água, não tem necessariamente acesso à água potável.
 - 1 homem sobre 3 não possui água potável, ou seja cerca de 1,5 bilhões de pessoas no planeta!
 - A água e as doenças ligadas à água representam a principal causa de mortalidade no mundo : a água poluída faz mais

2. Doenças relacionadas à água : causas e consequências ?



A água presente na natureza é hoje cada vez menos potável, pois ela está poluída por substâncias nocivas rejeitadas pelas atividades humanas. A água não tratada ou poluída pode provocar doenças graves e até mortais para o ser humano.

As doenças ligadas à falta ou à má qualidade da água são responsáveis cada ano pela morte de 5 milhões de seres humanos.

Quem é responsável ?

O homem é o primeiro responsável pela poluição da água causada pelas suas atividades de irrigação e pelo lançamento de uma grande parte de seus dejetos na água.

Soluções ?

A prioridade é obter água potável para evitar as doenças ligadas à água. Como ?

- Utilizar filtros para filtrar a água ou pastilhas de desinfecção.
- Construir poços, sanitários e bombas de água.
- Sensibilizar as populações sobre as medidas básicas de higiene.

FICHA INFORMATIVA SOBRE A MALÁRIA

A malária é a doença mais mortal na África. **Entre 1,5 e 2,7 milhões de pessoas morrem todos os anos dessa doença, onde 90 % são crianças de menos de 5 anos.** Em média, uma criança morre de malária a cada 30 segundos na África.

Definição : doença infecciosa devido à um parasita, o Plasmodium, transmitido por mosquitos que se reproduzem na água. No ser humano, estes parasitas se multiplicam no fígado e depois atacam os glóbulos vermelhos.

Transmissão : O parasita da malária é transmitido principalmente de noite, durante a picada por um mosquito fêmea do tipo Anopheles, ela estando contaminada depois de ter picado um indivíduo com malária.

Sintomas :

- Febre de 8 a 30 dias depois da infecção
- Dor de cabeça
- Dores musculares
- Fraqueza
- Vômitos
- Diarreias
- Tosse
- Ciclos típicos alternando febre, tremeduras com suores frios e transpiração intensa.

A malária, se não for tratada, pode provocar a morte infetando e destruindo os glóbulos vermelhos do sangue, obstruindo os vasos capilares que conduzem o sangue em direção ao cérebro e em direção aos órgãos vitais.

Tratamento : ir a um posto de saúde o mais rápido possível.

Prevenção :

- Cobrir as águas paradas em volta da casa.
- Proteger as janelas e utilizar mosquiteiros com inseticida em cada cama, e particularmente as das crianças.

FICHA INFORMATIVA CÓLERA

► A cólera é a forma mais extrema e a mais contagiosa das doenças de origem diarreicas.

Definição : A cólera é uma doença bacteriana veiculada pela água parada. No corpo humano, a bactéria irrita a parede do intestino, o que provoca efusões de substâncias líquidas e uma diarreia grave. A pessoa infetada pode morrer de desidratação e de choque após uma perda excessiva de líquidos do corpo .

Transmissão :

- Absorção de água não tratada ou não fervida contaminada por excrementos infetados.
- Consumo de frutas e de legumes lavados com água poluída.
- Absorção de alimentos manipulados por pessoas infetadas.

Sintomas :

- Diarreia líquida importante que esvazia rapidamente a água do organismo, os seus sais e os seus minerais.** A primeira evacuação líquida aparece de 1 a 3 dias depois da infecção, e a partir deste instante você pode perder até um litro de líquido por hora.
- Vômitos, câimbras musculares.
- Mição reduzida ou ausente
- Fraqueza
- Pulso irregular
- Olhos afundados nas órbitas oculares.
- Pele dos dedos enrugadas.

A cólera dura habitualmente de 3 a 6 dias, mas se não for tratada, ela pode levar a um estado de choque devido à desidratação, à uma insuficiência renal, ao coma e à morte.

Tratamento :

- Reidratação por via oral e substituição do líquido, dos sais e dos minerais perdidos.

Prevenção :



- Beber água saudável.
- Lavar as mãos com água e sabonete, após ter ido ao banheiro e antes de preparar a refeição.
- Lavar as frutas e os legumes com água limpa e não contaminada. Utilizar água fervida se você tiver dúvidas sobre a qualidade da água.
- Não comer alimentos crus ou mal cozidos.
- Se assegurar que a água seja tratada e conservada de modo que ela não esteja contaminada.



- Utilizar vasos sanitários ou, na falta, descartar de maneira adequada os resíduos – os enterrando por exemplo. Não os deite no rio ou nos terrenos úmidos da vizinhança!

- Educar os membros da comunidade sobre os problemas de saúde, especialmente sobre a necessidade de se lavar as mãos frequentemente com água e sabonete.

CICLO DE TRANSMISSÃO DAS DOENÇAS LIGADAS AO PERIGO FECAL

- 1 - A criança faz as suas necessidades perto de um ponto de água.
- 2 - A chuva transporta os excrementos e os micróbios em direção a um ponto de água.
- 3 - Uma mulher vem buscar água no mesmo ponto de água.
- 4 - Uma outra criança bebe a água recolhida pela mulher ou come uma refeição preparada com a mesma água.
- 5 - Esta criança fica doente.



A contaminação pode ser direta : uma pessoa vai ao banheiro, não lava as mãos, suas mãos sobre as quais se encontram micróbios vindos destes excrementos estão em contato com a água ou os alimentos que ela come. Os micróbios são então ingeridos, a pessoa pode desencadear a doença.

A contaminação pode ser indireta : as bactérias dos excrementos podem contaminar a água ou o sol. Esses meios contaminados podem, por sua vez, transmitir os micróbios aos alimentos e em seguida às pessoas se elas ingerem esta água contaminada.

É importante observar que os insetos ou os animais podem ser também à origem da transmissão das doenças por via oro-fecal. Por exemplo, se uma mosca pousa nos excrementos onde suas patas se carregam de micróbios, ela pode em seguida contaminar os alimentos não cobertos sobre os quais ela pousa, os micróbios aproveitando do novo meio para se desenvolver.



- Lavar as mãos com sabonete pode ajudar a reduzir o número dos casos de diarreia até 35%!
- As crianças que têm hábitos higiênicos na escola são « agentes de mudança » para a família e a cidade.

Os bons gestos a adotar :

- Beber água potável**
- Respeitar as regras de higiene alimentar.** Para enfrentar os riscos ligados à contaminação é preciso lavar as frutas e os legumes com água potável, proteger os alimentos contra os insetos e cozinhar bem a comida se há dúvida sobre um alimento. Lavar as mãos antes de preparar a refeição e antes de comer é uma instrução primordial.
- Respeitar as regras de higiene individual :** lavar as mãos saindo do banheiro, escovar os dentes, tomar banho.
- Evitar tomar banho na água poluída :** É preciso evitar tomar banho nas zonas onde a água está contaminada por dejetos de esgotos (caso de algumas cidades pequenas, por exemplo), por dejetos de animais, etc.
- Não poluir a água :** é preciso evitar a disseminação na água de excrementos e de micróbios. As soluções são múltiplas, utilizar vasos sanitários, por exemplo. Ou fazer suas necessidades na floresta (a mais de 35 metros de um ponto de água).



A higiene regrupa 3 níveis de intervenção para barrar a contaminação fecal :

- um nível individual,
- um nível familiar (doméstico),
- um nível coletivo.

As medidas individuais podem ser tomadas de forma voluntária e postas em prática diretamente por cada um (banho e lavar roupa). **O nível familiar (doméstico)** está relacionado com o ambiente e os tipos de comodidades disponíveis para as pessoas (por exemplo : limpeza nos lugares onde os micróbios estão susceptíveis a se desenvolver e sobreviver, presença de vasos sanitários, sistema de tratamento das águas usadas, etc.).

O nível coletivo demanda uma organização mais importante em uma escala maior, é, por exemplo, a instalação de uma unidade de tratamento de água potável, uma estação de tratamento das águas utilizadas.

3. Construção de uma pia para lavar as mãos com sabonete

Material necessário :

- Fio de ferro ou ficela
- 1 garrafa de água mineral de 1.5 litros, cortada
- 1 prego para realizar os furos
- Sabonete



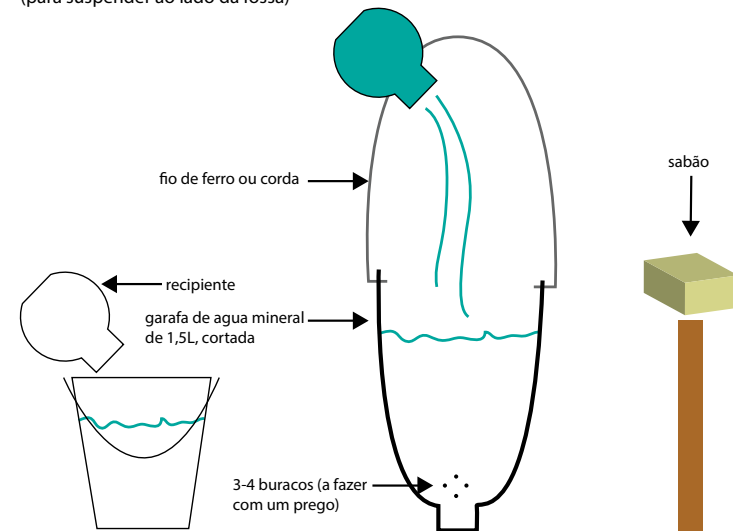
25 de abril : Dia Mundial Contra a Malária
15 de outubro : Dia Mundial de Lavagem das Mãos.

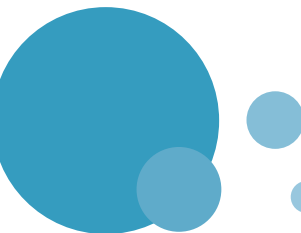


Roll Back Malária : A parceria para um mundo sem malária.



Lavatório artesanal
(para suspender ao lado da fossa)





MÊS 3 :
FICHA DE ATIVIDADE 4 :

SAÚDE E PREVENÇÃO
ÁGUA, HIGIENE E SANEAMENTO (2)

DATA :		DURAÇÃO : 3H			
OBJETIVOS :					
- Explicar aos adolescentes a relação entre água, higiene e saneamento - Explicar aos adolescentes que cada um pode contribuir da sua maneira com gestos simples					
ETAPAS		METODOLOGIA		DURAÇÃO	
Jogo quebra-gelo		Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.		5 min	
1. Recapitulação da última oficina sobre as doenças relacionadas à água.		Alguns jovens voluntários são convidados a falar da última oficina sobre as doenças relacionadas à água.		10 min	
2. Escolher o líder do dia		Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.		5 min	
3. Temática :		▶ O animador explica a ligação entre a água, a higiene e o saneamento (ver em anexo através da vídeo do banco africano do desenvolvimento, se for possível).		20 min	
Água, higiene e saneamento		▶ O animador apresenta o projeto água Essor em Monapo (Moçambique) e suas realizações concretas nas comunidades (ver em anexo através da apresentação power point, se for possível).		60 min	
Apresentação do projeto água ESSOR		▶ Importante deixar uma grande parte para que os adolescentes possam se expressar.			
		▶ Concluir essa animação com um debate entre os adolescentes sobre o projeto :			
		- O que eles pensam ?			
		- É possível realizar na comunidade deles ?			
		- O que eles podem fazer para melhorar o bairro deles em relação à higiene e saneamento ?			
4. Exercício prático :		Dividir os adolescentes em pequenos grupos. Cada grupo vai refletir sobre as 5 medidas de higiene mais importantes a por em prática em casa, na escola e na comunidade.			
As regras de higiene		+ elaborar um plano de ação			
Sensibilização na comunidade		Cada grupo vai, depois, realizar 1 cartaz ou 1 peça de teatro para sensibilizar a comunidade sobre as medidas de higiene.		60 min	
		+ Cada grupo nomeia um porta voz para apresentar o trabalho do grupo e decide onde ele vai apresentar e de que forma para a sensibilização na comunidade.			

5. Avaliação da oficina	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre as DST	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSÁRIO :

- Papel gigante
- Marcadores

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. Água,higiene e saneamento
2. Gestão dos dejetos
3. O conceito de gestão dos dejetos
4. Apresentação do projeto água Essor em Monapo (Moçambique)

1. Água, Higiene e Saneamento

A água insalubre e a falta de saneamento mata a cada ano 1,5 milhões de crianças de menos de 5 anos no mundo. **Uma boa higiene e um bom saneamento** são os mais importantes fatores de redução dos riscos de morte devidos à diarreia e às infecções parasitárias.

Para livrar-se de maneira adequada dos dejetos, um bom sistema de evacuação das águas utilizadas são necessárias. Isto exige que as águas dos vasos sejam drenadas para unidades de tratamento das águas usadas, em vez de serem deitadas no rio. Na África, os dejetos de origem humana e animal não são, geralmente, eliminados de maneira adequada. Nestas condições, as doenças diarreicas como o cólera, a tifoide e a disenteria, se propagam rapidamente. **O saneamento é, deste modo, um problema maior.** Mas o problema não se limita unicamente à poluição da água. **A higiene inadequada contribui igualmente,** de maneira significativa, para o surgimento de problemas sanitários.

Recapitulativo das regras de higiene :

- Utilizar um vaso sanitário
- Lavar as mãos com água corrente e sabão, sabonete, nos **5 momentos chave** (após defecar, antes de comer, antes de cozinhar, após limpar o bebê, antes de alimentá-lo)
- Beber água potável, e na falta, tratá-la (fervêr ou utilizar cloro)
- Transportar bem a água (recipiente impermeável)
- Atenção aos recipientes sem tampa e se a pessoa que vai carregar vai colocar os dedos dentro durante o trajeto
- Conservar bem (recipiente limpo e lacrado)

2. Gestão dos dejetos

Existe uma grande carência em matéria de gestão de dejetos, incluindo a prática comum de despejo dos dejetos nas águas e lugares de despejos irregulares, que agrava o estado de higiene na África.

Muitos dejetos sujam as ruas e os espaços verdes, despejos irregulares (terrenos)... Muitas aglomerações se deixam transbordar pelo lixo. Falta de vontade? De dinheiro? Todavia, algumas aglomerações possuem sistemas eficazes. O programa « Bamako cidade limpa », mantido pela Associação Agir (ou Proplast), no Senegal, agrega uma associação de mulheres que criou, à Thiès, uma unidade de tratamento e de reciclagem de dejetos plásticos com capacidade de 15 toneladas por mês, por exemplo.

Algumas cidades provam que é possível a criação de sistemas eficazes, e até mesmo inovar. Como a cidade de Accra, no Gana, ou Uagadugu, no Burkina Fasso.

Por causa do sistema D e do investimento, a capital coleta e trata agora 216.000 toneladas de dejetos por ano. « Doravante, 72 % dos dejetos da cidade são coletados, graça à criação de uma organização que vai da Brigada Verde, uma associação de mulheres que limpa a via pública, passando por equipes municipais e operadores encarregados de levar os dejetos, até o nosso centro de enterro técnico », explica Fernand Somee, responsável da valorização da pesquisa e das inovações tecnológicas do centro.

O recolhimento dos lixos também é um elemento chave do saneamento e faz declinar as doenças transmitidas pelos insetos e roedores.

Exemplos de sistemas de gestão dos dejetos

Entende-se por gestão dos dejetos o conjunto das disposições permitindo a coleta, o transporte e a eliminação ecologicamente racional dos dejetos. Este conjunto de dispositivos constitui um esquema ou sistema de gestão de dejetos.

Os sistemas de coleta

- A pré-coleta de porta em porta com carroças e o transporte até o centro de transferência ;
- A coleta de porta em porta por tratores ou cestos e a evacuação nos locais de descarregamento ;
- O depósito dos lixos nos cestos públicos municipais, os quais são evacuados por poli cestos ;
- A evacuação periódica de lixos irregulares pelos serviços municipais.

Os agentes de coleta

- As associações de moradores.
- As empresas privadas de coleta
- Os serviços técnicos municipais

A evacuação

• **O transporte** : é feito a partir das casas, dos cestos de depósitos de esgoto ou lugares de transferência para o local de descarregamento, com a ajuda de tratores, de poli cestos e de cestos empacotadores.

• **O Centro de Aterro Técnico (CAT) de Saaba** : Trata-se de um projeto piloto que experimenta um descarregamento seco na cidade de Saaba. Este C.A.T recebe os dejetos da cidade de Uagadugu e da cidade de Saaba. O aterro sanitário é protegido contra qualquer infiltração de água. O descarregamento é estável, pois não está sujeito a nenhuma degradação biológica. A compostagem é praticada para os dejetos fermentáveis (restos de palha, restos de agricultura).

A valorização

Somente algumas categorias de dejetos são recuperadas e valorizadas para reutilização, reciclagem ou compostagem : metais, vidraria, pneus utilizados, dejetos fermentáveis. Os metais e a fonte são utilizados para a forja, a fundição para fabricar utensílios de cozinhas ou peças de acabamento de máquinas (no caso da fonte).

A compostagem

É praticada por algumas associações femininas as frações fermentáveis dos lixos domésticos após triagem dos elementos prejudiciais (pilhas, metais, vidraria). É importante destacar que as atividades de compostagem são especialmente realizadas pelas mulheres de Saaba, a associação Lagem Yam, etc., apoiadas e construídas pela CREPA. (3)



Vídeo do BAD (Banco Africano de Desenvolvimento) 'Olhar africano da água 2025'
<http://www.afdb.org/fr/news-and-events/multimedia/video/africa-water-vision-2025-295/>

2013: Ano Internacional da Cooperação pela Água.
<http://www.youtube.com/watch?v=AUUf4BXNq4U>
<http://www.unesco.org/new/pt/brasil/2013-international-year-of-water-cooperation/>



3. Apresentação do projeto Água ESSOR de Monapo em Moçambique (ver o CD)

Acesso à água potável, ao saneamento e reforço das práticas de higiene em Monapo, na província de Nampula, em Moçambique (2012)

Os objetivos dos projetos água ESSOR

- Sensibilizar a população sobre a importância da higiene (comportamentos/equipamentos domésticos)
- Construir as infraestruturas sanitárias adequadas (pontos de água comunitários/sanitários familiares)
- Formar e acompanhar os comitês de água das cidades (gestão do ponto de água)
- Pôr em prática uma rede de manutenção para as bombas manuais (peças separadas/artesãos)
- Colaborar com as autoridades locais

Situação sanitária antes da intervenção do projeto





Metodologia do projeto

1 Encontro com as autoridades administrativas e apresentação nas cidades pequenas.

2 Sensibilização à higiene

Modos de prevenção contra a transmissão da diarreia

- Consumir água protegida/tratada
- Água bem transportada e bem conservada
- Lavagem adequada das mãos nos momentos chave
- Aterramento de dejetos, louça etc.

3 Construção de pontos de água (com a participação dos moradores)

Pompa manual AFRIDEV

- Realização das obras com a população local encarregada de construir os canais : quebrar pedras e levá-las até o local
- Orientação de um pedreiro

4 Construção de lajes de fossas

A fossa e o abrigo é de responsabilidade das famílias.

5 Criação e formação/ acompanhamento dos comitês de gestão

Formação técnica : conserto de rotina das bombas manuais
Compatibilidade básica e gestão da caixa comunitária

Acompanhamento dos comitês de gestão dos pontos de água

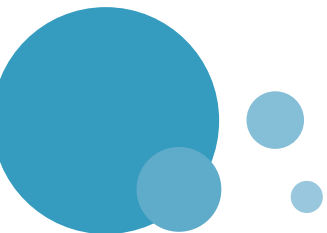
- Gestão dos pontos de água ;
- Atualização dos beneficiários
- Recuperar a participação financeira
- Manutenção
- Educação comunitária

Nota-se também a colaboração com as autoridades locais : apoio à serviço do distrito de planejamento das infraestruturas, com a disponibilização de um técnico + transporte para que ele possa exercer bem sua missão de acompanhamento dos pontos de água no distrito.

Método PHAST : método participativo

O método PHAST ("Participatory Hygiene and Sanitation Transformation") é um método de abordagem participativa baseada na definição das problemáticas ligadas à Higiene e ao saneamento com as populações locais. O processo se baseia nas competências e nas faculdades da população local e se apoia em duas técnicas fundamentais ligadas à PHAST :

- De um lado, o comportamento dos animadores que, estando presentes, **situam a comunidade no centro da ação e das discussões** (o animador e um facilitador "esclarecido").
 - De outro lado, a elaboração de **kits ferramentas** levando em conta as características culturais das comunidades é atualizada e animada pelos animadores.
- Ela foi concebida na origem pelo PNUD e pela OMS em 92.



MÊS 3 :
FICHA DE ATIVIDADE 5 :
SAÚDE E PREVENÇÃO
DST & HIV / AIDS

DATA :
DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Informar os jovens sobre as DST, o HIV/AIDS e os modos de transmissão.
 - Suscitar a reflexão sobre os diferentes métodos de prevenção.
 - Favorecer um espaço de discussão para falar sobre as dúvidas e dificuldades sobre esse assunto.
 - Suscitar a reflexão sobre o comportamento adequado a adotar com as pessoas seropositivas.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre agua, higiene e saneamento.	Alguns jovens voluntários são convidados a falar sobre o que eles aprenderam durante a última oficina sobre agua, higiene e saneamento.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Os diferentes tipos de DST	Chuva de ideias sobre os diferentes tipos de DST que os jovens conhecem.	10 min
	Jogo do círculo sobre as DST ► Preparar as cartas antes da sessão Os adolescentes formam um círculo. Cada adolescente pega uma carta na qual está escrito o nome de uma DST e suas características. Cada um, por vez, puxa uma carta e lê em voz alta o que está escrito.	20 min
	+ debate sobre as perguntas seguintes : ► Como contraímos uma DST? ► O que fazer quando temos uma DST? ► Como se proteger? O animador completa o debate com os elementos em anexo2.	30 min
4. Exercício prático : O HIV / AIDS Sensibilização na comunidade	Jogo concordo / não concordo sobre o HIV / AIDS O animador utiliza uma corda para dividir a sala em 2 e designa um lado que representa os que estão de acordo e um lado que representa os que não estão de acordo. Depois, ele lê, um após o outro, cada um dos enunciados do anexo 3. Para cada enunciado, os adolescentes devem escolher um lado : Concordo ou Não concordo se deslocando na sala para ir do lado da corda que corresponde à sua escolha. O animador convida depois alguns adolescentes para explicar suas escolhas.	20 min

Como ajudar um amigo seropositivo ?	+ Debate sobre as perguntas seguintes : ► Como se transmite o vírus HIV / AIDS? ► Quais são os fatores de risco? ► Como se proteger? O animador completa o debate com a ficha informativa no anexo 4.	30 min
	Reflexão sobre um depoimento do Chade O animador convida um adolescente voluntário para ler o depoimento do Chade no anexo 5.	30 min
5. Avaliação da oficina	+ Debate : ► Qual atitude a tomar com pessoas seropositivas? ► Como ajudar um amigo seropositivo? ► Existem organizações que podem ajudar? Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que eles aprendem, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre as práticas nefastas.	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSÁRIO :

- Papel gigante + marcadores
- Corda
- 16 cartas do jogo sobre as DST (a construir)

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição
2. Jogo do círculo sobre as DST (16 cartas a preparar antes da sessão)
3. Jogo concordo / não concordo sobre o HIV / AIDS
4. Ficha informativa HIV / AIDS
5. Depoimento do Chade
6. Os direitos reprodutivos e sexuais
7. Onde ir?

1. Definição

► O que é DST?

São as Doenças Sexualmente Transmissíveis, o que quer dizer, que elas se transmitem durante a relação sexual (vaginal, oral, anal).

-
- As DST são graves, as vezes dolorosas e podem prejudicar bastante. Algumas DST podem contaminar os órgãos sexuais e reprodutivos.
 - Não só a AIDS, mas também todas as outras DST podem transformar um momento de prazer em momentos de dor e de sofrimento.
 - O preservativo é até hoje a única proteção eficaz contra todas as doenças, então se protejam ao máximo.

2. Jogo do círculo sobre DST

► À preparar antes do encontro: 8 cartas sobre os sinais de contaminação e 8 cartas sobre os riscos ligados à estas doenças quando não são tratadas.

GONORRÉIA Sinais de contaminação

- Queimaduras e / ou secreção amarela pelo pênis, pela vagina ou pelo ânus
- Febre
- Dores no baixo ventre.

GONORRÉIA Riscos

- Infertilidade nas mulheres

CLAMIDIA Sinais de contaminação

- Secreção pelo pênis, pelo ânus ou pela vagina
- Febre
- Dor no baixo ventre, ou angina

CLAMIDIA Riscos

- Infertilidade
- Gravidez extra-uterina
- Comprometimento do recém nascido se a mãe estiver contaminada e não for tratada.

CONDILOMA Sinais de contaminação

- Pequenas verrugas nos órgãos genitais ou no ânus

CONDILOMA Riscos

- Recorrência
- Câncer do colo do útero
- Comprometimento do recém nascido se a mãe estiver contaminada e não for tratada.

HEPATITE B Sinais de contaminação

- Febre
- Cansaço
- Icterícia

HEPATITE B Riscos

- Cirrose
- Câncer do fígado
- Comprometimento do recém nascido se a mãe estiver contaminada e não for tratada.

HERPES GENITAL Sinais de contaminação

- Pequenos botões dolorosos na forma de bolha sobre os órgãos genitais ou o ânus
- Coceiras.

HERPES GENITAL Riscos

- Recorrência
- Comprometimento do recém nascido se a mãe estiver contaminada e não for tratada

MICOPLASMAS Sinais de contaminação

- Secreção pelo pênis, pelo ânus ou pela vagina
- Queimaduras
- Coceiras.

MICOPLASMAS Riscos

- Recorrência

SÍFILIS Sinais de contaminação

- Cancros (pequenas feridas sem dor)
- Erupções sem coceira na pele e mucosas.

SÍFILIS Riscos

- Comprometimento do cérebro, dos nervos, do coração, das artérias e dos olhos.
- Comprometimento do recém nascido se a mãe estiver contaminada e não for tratada.

HIV / AIDS Sinais de contaminação

- Febre
- Grande cansaço
- Erupções
- Diarréia

HIV / AIDS Riscos

- Tratamento longo, cansativo e difícil a suportar ;
- Risco de infecção ;
- Risco mortal

Em todos os casos, se você cometeu algum risco, você deve consultar um médico e / ou um especialista. Para saber se você está contaminado por uma DST você deve procurar um especialista.

► Os germes ou vírus que causam estas doenças são todos muito pequenos e não podemos vê-los.



<http://www.aids.gov.br/pagina/dst-1>
<http://clubedasaude.no.sapo.pt/dst.htm>

► Como se apanha uma DST?

- As DST são transmissíveis durante a relação sexual (vaginal, oral, anal) sem proteção.
- Algumas DST podem ser transmitidas pela mãe, que estiver contaminada, para seu filho(a) durante a gravidez (sífilis ou HIV) ou no parto (a gonorréia, a clamídia e HIV).
- O HIV ou a hepatite B podem ser transmitidos durante a troca de agulhas recebendo sangue contaminado ou utilizando material cirurgical não esterilizado.

Pode-se transmitir uma DST aos seus parceiros sexuais. Os órgãos de reprodução (pênis, testículos, vagina, útero) podem ser contaminados e os homens, assim como as mulheres grávidas, podem transmitir uma DST ao seu filho(a).

► O que fazer?

- Se você acha que contraiu uma DST, cuide-se, não espere que ela desapareça por ela mesma. Isso não vai acontecer! Os sintomas podem desaparecer, mas a doença é permanente. Todos os hospitais, centros de saúde e clínicas podem tratar as DST, exceto o HIV.
- No caso de uma DST, abstenha-se de ter relações sexuais até que o tratamento esteja terminado e que tenha desaparecido todos os sintomas.

► Como se proteger das DST?

- Não ter relações sexuais com penetração vaginal, anal ou relação sexual oral é a melhor maneira de se proteger das DST.
- Utilizar preservativos em caso de penetração sexual para se proteger contra as DST.

3. Jogo do Concordo / Não Concordo sobre HIV/AIDS

1. Podemos saber se uma pessoa está contaminada pelo HIV olhando-a simplesmente.
2. Qualquer pessoa pode contrair o vírus do HIV/AIDS.
3. Existe uma vacina preventiva contra o HIV/AIDS.
4. O HIV/AIDS se transmite pelo toque.
5. O HIV/AIDS pode se transmitir da mãe para o filho(a).
6. O HIV/AIDS se cura por ele mesmo.
7. Existem remédios para curar a AIDS.
8. O teste de HIV pode ser feito por si mesmo.
9. Se realizada alguma relação sexual arriscada, é preciso fazer o teste.
10. Os pacientes que são seropositivos deveriam ser tratados da mesma maneira que os outros pacientes.

4. Ficha informativa HIV/AIDS



- No mundo, **33 milhões de pessoas são portadoras do HIV** (elas são seropositivas). O HIV é a **principal pandemia mundial** e mata a cada ano mais de 2 milhões de pessoas. Mesmo existindo tratamentos, nem sempre eles são eficazes.
- Viver com a AIDS é como viver com qualquer outra doença crônica. Às vezes, a pessoa contaminada sofre infecções e se sente doente. Algumas outras vezes, ela se sente bem e pode participar das atividades normalmente.

► O que é o HIV ?

HIV é o **Vírus de Imunodeficiência Humana**, o organismo que causa a AIDS. Este vírus, quando penetra no corpo pela via sexual ou sanguínea, tem como particularidade atacar um dos componentes essenciais do **sistema imunitário**, os linfócitos T, que asseguram a defesa do nosso organismo contra os micróbios. Fala-se que a pessoa é **seropositiva**. Doenças graves podem então se desenvolver: nós as chamamos de "doenças oportunistas". Quando uma pessoa tem uma ou várias doenças deste tipo, dizemos que ela tem a **aids** (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida).

► O que é a AIDS ?

A **AIDS** (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida) é uma infecção causada pelo HIV. Ela ocorre quando o sistema imunitário de uma pessoa está fragilizado pela infecção do HIV, o que limita a aptidão natural do organismo de lutar contra outras infecções ou doenças.

► Como se transmite o vírus da AIDS ?

A infecção do HIV se propaga **através do sangue e dos líquidos orgânicos** (principalmente o esperma, as secreções vaginais e o leite materno) das pessoas contaminadas.

Ela se transmite :

- pelo **contato sexual** (principalmente por relações sexuais vaginais ou anais sem preservativo). A transmissão por relações sexuais buco-genitais é possível, mas o risco é bem menos elevado ;
- do **sangue e outros líquidos orgânicos**, através :
 - do compartilhamento de agulhas, de drogas intravenosas e de empréstimos de injeções de narcóticos ;
 - da transfusão de sangue ou de produtos sanguíneos infetados e/ou o transplante de um órgão contaminado ;
 - da utilização de instrumentos de perfuração da pele contaminada (agulhas, seringas, lâminas de barbear, agulhas de tatuagem ou instrumento de circuncisão) ;
 - E feridas causadas por agulhas ou por outros objetos cortantes contaminados ;
 - De respingos das mucosas (dos olhos, por exemplo) do sangue ou de líquidos orgânicos ;
- Via perinatal (infecção passada da mãe para o filho(a) durante a gravidez, o parto ou amamentação).

Pode ser que pessoas não apresentem sintomas e que elas não saibam que estão contaminadas pelo vírus do HIV. Entretanto, elas podem transmitir o vírus a outras pessoas. **Não podemos saber se alguém está contaminada simplesmente pelo olhar.**

► Quais são os principais sintomas de contaminação do HIV / AIDS ?

É possível que as pessoas contaminadas pelo HIV não apresentem sintomas. Podem passar 10 anos ou mais entre a contaminação do HIV e o diagnóstico da AIDS.

Sintomas mais frequentes :

- perda de peso** inexplicável que dura no mínimo um mês ;
- diaréia** durante muitas semanas ;
- língua esbranquiçada** ;
- gânglios hipertrofiados** ou dolorosos no pescoço, nas axilas e/ou outras partes do corpo ;

- tosse** que persiste durante mais de um mês ;
- febre persistente** e/ou suores noturnos ;
- micoses vaginais** persistentes.

Estes sintomas podem ser causados por outras doenças, portanto é preciso fazer um exame para confirmar a presença do HIV.

► Como nos tornamos seropositivos ?

Ser seropositivo é ser portador do vírus mesmo se nenhum sintoma da doença aparece. O vírus destrói progressivamente as defesas imunitárias (a taxa de linfócitos T4). Quando esta taxa está muito baixa, caracteriza-se a Aids, que ocorre após um número variável de anos (cerca de dez anos em média). O tratamento deve ser realizado e continuar durante a vida inteira.

► Quais são os fatores de risco ?

Alguns comportamentos expõem as pessoas à contaminação do HIV. Os principais fatores de risco de contaminação do VIH são os seguintes :

•ter relações sexuais sem preservativos

•**ter relações sexuais com mais de um parceiro sexual**, com um parceiro que teve muitos parceiros sexuais, ou com um parceiro que consome ou consumiu drogas pela via intravenosa ;

•**dividir agulhas, drogas intravenosas** e o empréstimo de injeções para entorpecentes ;

•**fazer transfusão** ou ser tratado com sangue ou produtos sanguíneos ;

•**ser tatuado ou fazer piercing** ;

•ter um emprego na área de saúde (um agente de saúde, por exemplo) que se expõe à sangue ou outros líquidos orgânicos.

•**ter uma DST** aumenta o risco de transmitir ou de contrair o HIV.

► Como se proteger ?

Podemos diminuir o risco de contaminação do HIV evitando certos comportamentos.

A melhor maneira de evitar a contaminação do HIV é não praticar atos sexuais perigosos e de consumo de drogas.

► Existe algum remédio ?

Até hoje não existe um remédio para a o vírus HIV / AIDS. Entretanto, a associação dos remédios antivirais (conhecida como triterapia) e os remédios destinados a prevenir as infecções oportunistas permitem a muitas pessoas infetadas pelo HIV/AIDS prolongar e melhorar sua qualidade de vida e retardar a progressão da infecção do HIV para a AIDS.

Existem 3 modos de transmissão do vírus de uma pessoa seropositiva à uma outra :

- Através do sexo,
- Através do sangue,
- Da mãe para a criança.

A transmissão de mãe para filho(a)

- 2,5 milhões de crianças de menos de 15 anos são portadoras do HIV no mundo.
- 90% destes casos são pela transmissão de mãe para o filho(a). Os bebês nascidos de mães infetadas pelo HIV podem contrair o vírus durante a gravidez, no trabalho de parto e a amamentação.

5. Depoimento de Sidonie do Chade*

Sidonie é uma garota de uma família modesta. Depois dos seus estudos secundários no Liceu Félix Ebouée, seus pais decidiram enviá-la ao Gana, para que ela pudesse continuar os seus estudos superiores de marketing e comunicação. Após três anos de estudo, ela volta com uma habilitação profissional em marketing e comunicação.

Voltando ao país, todas as pessoas da casa foram acolhê-la no aeroporto, mas a alegria estava misturada com a tristeza. A família volta para o domicílio. Depois da refeição, Sidonie foi para a cama. Seus irmãos, seu pai e sua mãe conversam e concluem que deveria ser o cansaço dos estudos e a viagem que a deixou exausta, ela vai retomar suas forças. Uma semana mais tarde, sua irmã mais velha Viviane a leva ao hospital, ela paga todos os custos dos exames possíveis. Dois dias depois, ela vai buscar os resultados dos exames e o coloca em um envelope. Viviane, impaciente, abre e vê os resultados, ela desmorona. Viviane retoma o ar e depois decide ler novamente o que ela acabava de ler. Ela não podia se conter, ela telefona ao seu tio paterno para informar dos resultados médicos, e depois convoca uma reunião familiar de urgência.

Duas semanas depois, estava feito. Havia um massa negra no corredor. Embora o estado de convalescência de Sidonie, sai do seu quarto, entusiasmada para reencontrar os seus pais depois de uma longa viagem. Após ter falado com todos os seus familiares, ela se senta. Então o seu tio toma a palavra para dizer « vocês todos sabem, Sidonie volta de Gana, onde ela fez seus estudos de marketing e comunicação. Chegando em N'Djamena, ela está doente. Depois das consultas médicas, nós descobrimos que ela tem a AIDS. » De repente, todas as cabeças se viram na direção de Sidonie. Ela estava congelada pela surpresa e não sabia para onde olhar. Sua prima que estava sentada do lado dela, mudou de lugar para não se contaminar. Sidonie se derrama em lágrimas e se sente humilhada e abandonada. Ela sai correndo, Aids, Aids, eu tenho AIDS ? Mas o que vai ser de mim ? Mas tarde durante a noite, ela faz irrupção na casa de uma de suas tias que não assistiu à reunião. Desculpa titia, me receba, papai e meu tio me colocaram para fora de casa porque eu tenho AIDS. Oh, venha minha querida e dorme, amanhã conversaremos.

6. Os direitos reprodutivos e sexuais

- Os direitos sexuais são os direitos que toda pessoa tem :
- De dizer “não” ao sexo.
 - De praticar relações sexuais com riscos mínimos ou protegidas.
 - De decidir qual será seu parceiro sexual sem ser julgado (a).
 - De controlar a sua própria sexualidade.
 - De decidir sobre o tipo de relação sexual praticada (“vaginal”, oral, penetrante, etc.).
 - De ter informação e educação sexual, sobre saúde, direitos sexuais.
 - De realizar uma ação legal contra qualquer perseguição ou abuso sexual.
 - De ter prazer sexual.
 - De ter acesso ao tratamento de problemas de saúde sexual e aos serviços para se assegurar que a saúde sexual é mantida.
 - De não se submeter à práticas tradicionais nocivas.
 - De não ser forçada a se casar.

Saber se defender é uma boa atitude na vida.

* A partir da historia escrita por N. Djinaibeye, animador no Chade na “Université Populaire”.

7. Onde ir ?

► A ser completado pelo animador e distribuído aos jovens.

Qual órgão procurar em caso de susêita de DST, HIV ou AIDS ?

Endereço do órgão :

.....

.....

Número do telefone :

Serviços propostos :

.....

.....

Custo :

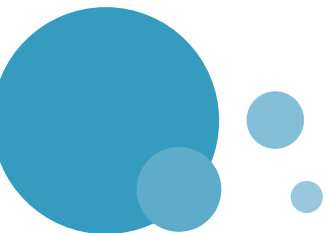
Existe um centro de acompanhamento/orientação no seu bairro ou na sua cidade ?

Endereço :

.....

.....

Número de telefone :



MÊS 3 :
FICHA DE ATIVIDADE 6 :

SAÚDE E PREVENÇÃO
PRÁTICAS NEFASTAS

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Informar os jovens sobre as diferentes práticas nefastas e suas consequências na saúde.
 - Refletir e discutir sobre as práticas nefastas.
 - Suscitar a reflexão sobre programas de luta contra as práticas nefastas que obtiveram sucesso.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	10 min
1. Recapitulação sobre a última oficina « DST e HIV/AIDS »	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre “DST e HIV/AIDS”.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : As Mutilações Genitais Femininas / Excisão	Quais práticas nefastas você conhece ? Chuva de ideias sobre as diferentes práticas nefastas que os jovens conhecem. O animador pode completar a atividade através da informação em anexo 1 & 5 e insistir sobre o casamento precoce e a excisão. Vídeo sobre as mutilações genitais femininas O animador projeta o vídeo ‘Proteger os direitos das meninas’ (ver anexo 1). + debriefing : deixar um espaço para que os jovens se expressem sobre o que sentiram em relação ao vídeo Jogo : O barco das excisadas ► preparar as cartas antes da sessão (Anexo 3) Os jovens se deslocam de modo a formar um barco. Cada jovem, um de cada vez, pega uma ficha e fica no meio do barco para ler a pergunta em voz alta. Se ele sabe responder, ele responde à pergunta, se não, ele lê a resposta do outro lado da ficha. E assim sucessivamente. O animador completa o jogo com as informações em anexo 2.	20 min 30 min 30 min

4. Exercício prático : Como sensibilizar a comunidade ?	Reflexão sobre os programas de luta contra a excisão O animador introduz o exemplo do Senegal através do vídeo (ver anexo 4). + Debate : ► Como sensibilizar a família ? ► Como sensibilizar a comunidade ? Em pequenos grupos, os jovens elaboram um plano de ação de sensibilização da comunidade sobre a excisão e suas consequências. + cada grupo apresenta seu plano de ação através de um porta voz.	30 min 30 min
5. Avaliação da oficina	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que eles aprendem, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação do próximo assunto do mês sobre ‘minha comunidade’	Apresentado pelo animador	5 min

MATERIAL NECESSÁRIO :

- Papel gigante + marcadores
- Cartas do jogo ‘o barco das excisadas’ a ser preparado
- Vídeo projetor + computador

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição
2. Conseqüências das mutilações genitais femininas (MGF) para a saúde
3. Jogo do barco das excisadas (cartas para preparar antes da sessão)
4. Como lutar contra as MGF ?
5. Outras práticas nefastas

OFICINA PRÁTICA :

- Pedir aos jovens para utilizar a criatividade na realização de cartazes, peças de teatro músicas, poemas, artigos... para a sensibilização da comunidade.

1. Definição : as mutilações genitais femininas / Excisão (MGF)

- 13 milhões de mulheres no mundo sofrem de mutilações genitais.
- 28 países africanos são atingidos pelas MGF.
- As MGF se desenvolvem também nos países desenvolvidos.
- Cortar os órgãos genitais externos de uma criança é uma operação perigosa e muito dolorosa.
- As práticas nefastas são reflexos da desigualdade entre os sexos.

Existe uma grande diversidade de práticas tradicionais nefastas que afetam a saúde das mulheres e das crianças. De todas estas práticas, as mutilações genitais femininas, chamadas de excisão, são aquelas que suscitam maior preocupação.

A OMS define as MGF como ‘todo procedimento implicando a remoção parcial ou total dos órgãos genitais femininos externos ou qualquer outro ferimento feito a esses órgãos por razões culturais ou não terapêuticas’. Estas práticas acontecem em muitos países da África e em outras regiões do mundo, pelo simples motivo que se trata de costumes.

« As MGF são consideradas como uma proteção da virgindade, um processo de embelezamento, e em um bom número de culturas, elas representam uma pré-condição essencial ao casamento* »

Por outro lado, a prática das mutilações genitais femininas **viola os direitos fundamentais das mulheres, das jovens e das crianças**, e é contrário à maioria dos instrumentos dos direitos humanos.



VÍDEO : Proteger os direitos das jovens
<http://www.unicef.org/french/ec/768.htm>
Mutilação Genital Feminina
<http://www.youtube.com/watch?v=0klvQD04yMs>
<http://www.youtube.com/watch?v=uHhduylsp4c>
Mutilação genital feminina Documentário produzido por Equality
<http://www.youtube.com/watch?v=RJ8v9jy50qA>
Stop as MGF
<http://www.youtube.com/watch?v=i4XE2J87DrQ>
História de Vida Ari Sanô
<http://www.youtube.com/watch?v=f3r8b2QkuM4>

2. Consequências das MGF para a saúde

As MGF representam um **enorme problema de saúde**, porque elas afetam a saúde e o bem estar das mulheres que são vítimas (hemorragia, anemia, morte, infecção, dificuldade no parto...).

- Consequências imediatas :**
- Dores** : as excisões são realizadas na maioria das vezes sem anestesia. A jovem deve suportar dores violentas depois da excisão de partes do seu corpo que são extremamente sensíveis. **Algumas meninas ficam tão chocadas pela dor que elas desmaiam.**
 - Hemorragias** : as hemorragias podem ser muito abundantes e constantes, o que leva a uma anemia aguda ou crônica. **A falta de sangue é fonte de inúmeras perturbações do desenvolvimento da garota.**
 - Choques** : Tem o choque hipovolêmico que é uma forma de anemia aguda e que resulta em uma baixa rápida do volume do sangue, e o choque séptico (septicemia) devido a passagem de substâncias microbianas tóxicas no sangue ; **ambos podem levar à morte.**
 - Infeções agudas** : por causa das condições sépticas nas quais as excisões são praticadas, as infecções são praticamente sistemáticas. Toda a vagina pode ser contaminada, bem como os órgãos internos, o que pode causar inúmeras perturbações, as quais as mais frequentes são as perturbações urinárias. **O tétano também é frequente.**
 - Transmissão do HIV e da hepatite B** : a operação sendo praticada em grupos de meninas com o mesmo instrumento provoca contaminações, pois é provado que a excisão de uma garota seropositiva ou de uma garota portadora de hepatite viral B gera a contaminação de todas as que serão excisadas em seguida.

Consequências a longo prazo :
As complicações a longo prazo são mais graves ainda, pois não estão diretamente ligadas a excisão, elas aparecem muito tempo depois, durante a gravidez e o parto. São :

- Cisto da derme**
- Perturbações menstruais**
- Cicatrizes grossas e feias** que podem se formar após infecções consecutivas ou endurecimento dos tecidos cicatrizantes. Em caso de formação destes tecidos na entrada da vagina, a mulher corre grandes riscos durante as relações sexuais e o parto, porque os tecidos da vulva perderam sua elasticidade.

Artigo 24 da Convenção sobre os direitos da criança :

« Os Estados partes tomam todas as medidas eficazes apropriadas com o intuito de abolir as práticas tradicionais prejudiciais à saúde das crianças. »

Artigo 21 da Carta africana sobre os direitos e o bem estar da criança :

Proteção contra as práticas Negativas Sociais e Culturais

« Os estados partes, na presente Carta, tomam todas as medidas apropriadas para abolir os costumes e as práticas negativas, culturais e sociais, que são prejudiciais ao Bem estar, à dignidade, ao crescimento e ao desenvolvimento normal da criança... »

•**Relações sexuais dolorosas** : para uma mulher que sofreu infibulação, a primeira relação sexual é sempre uma experiência traumatizante : pode ser extremamente dolorosa e precisar de esforços repetidos para conseguir penetrar ; em razão das dificuldades encontradas no momento da penetração, provocando assim uma hemorragia, riscos de infecção e em casos extremos, a morte.

- Perda do apetite sexual (frigidez)** : a remoção dos órgãos sensíveis pela prática da MGF pode destruir a capacidade da mulher ao prazer sexual e ao orgasmo. O que gera uma incompatibilidade com o cônjuge.
- Infecções crônicas dos órgãos** : estas podem ser internas e são frequentemente causas de esterilidade.
- Fistulas e infecções** : a fístula é um canal ou uma ligação entre o sistema urinário e a vagina (vesicovaginal) ou entre o reto e a vagina (retovaginal), que é responsável pela incontinência.

Consequências psicológicas : As MGF são uma provação psicológica para as garotas em todas as etapas da sua vida :

- Medo antes e durante a operação ;
- Apreensão durante a primeira relação sexual (principalmente para aquelas que sofreram a infibulação)
- Sentimento de ser abandonada, traída e entregues ao circuncidador ;
- Estresse psicológico durante a operação ;
- Sentimento de ser abandonada pela sociedade ;
- Incompatibilidade afetiva com o marido diante das repetidas falhas durante as relações sexuais.

3. Jogo : o barco das excisadas

► Cartas à preparar antes da sessão com as perguntas de um lado e as respostas do outro

FRENTE	VERSO	FRENTE	VERSO
O que é a excisão ou a mutilação genital feminina ?	A excisão ou a mutilação genital feminina é a ação de cortar o clitóris e a vulva do órgão genital de uma criança ou de uma mulher	A excisão pode tornar uma menina estéril ?	Sim, é verdade !
FRENTE	VERSO	FRENTE	VERSO
Existe alguma lei no seu país que proíbe a prática da excisão ?	A você de verificar !	Uma mulher excisada perde a sua virgindade ?	A você de verificar !
FRENTE	VERSO	FRENTE	VERSO
Uma mulher excisada não tem problemas no parto.	Falso.	Porque proibir a excisão ?	Pela saúde da mulher.

FRENTE O que é a infibulação?	VERSO É a ação de costurar os lábios dos órgãos genitais da mulher.	FRENTE Quais são as consequências da excisão durante o parto?	VERSO Durante o parto, o trabalho é longo e doloroso, a pele cicatrizada se rasga.
FRENTE Quais são as consequências da excisão para o bebê?	VERSO O bebê pode morrer.	FRENTE A prática da excisão respeita o direito das mulheres?	VERSO Não, é falso. A prática da excisão viola os direitos fundamentais das mulheres e é contrária aos direitos do homem.
FRENTE Cite 3 consequências ligadas à prática da excisão.	VERSO Hemorragia, anemia, morte, infecção, dificuldade no parto....	FRENTE Uma menina excisada sofre as consequências durante a vida toda.	VERSO Sim, é verdade!
FRENTE A excisão provoca também consequências psicológicas.	VERSO Sim, é verdade!	FRENTE A excisão não é uma tortura.	VERSO É falso. A excisão é um ato de tortura.
FRENTE Uma mulher excisada perde sua sensibilidade sexual.	VERSO Sim, é verdade!	FRENTE A excisão é uma prática condenada pela comunidade internacional	VERSO Sim, é verdade!

FRENTE Você conhece outras práticas nefastas para a saúde dos jovens?	VERSO O casamento precoce, o dote, a circuncisão...
---	---

4. Como lutar contra as MGF?

Elementos de respostas :

- A participação e a mobilização de todos são as únicas chaves para o sucesso.
- Por em prática leis que proíbam as práticas tradicionais nefastas ;
- Realizar campanhas de sensibilização e programas de educação visando fazer evoluir as mentalidades e modificar os papéis tradicionalmente dedicados aos homens e às mulheres, evitando os estereótipos que favorecem a persistência de práticas tradicionais prejudiciais à saúde ;
- Favorecer a instalação de centros de informação e conselhos concernentes ao perigo de certas práticas tradicionais...

Exemplos de sucesso

1. O Senegal
Foi o Senegal que começou com o movimento de abandono da excisão. Em dez anos, cerca de quatro das cinco mil comunidades que praticam a excisão anunciaram que elas abandonavam este costume. Mudanças muito rápidas no Senegal. Desde então é possível que esta prática nefasta pare definitivamente até 2015.



VIDEO : SÉNÉGAL – CABEÇA DO MOVIMENTO
http://www.unicef.org/french/ec/768_945.htm

Bairros de Bissau vão fazer declarações públicas de abandono da excisão genital feminina
<http://paginaglobal.blogspot.fr/2013/05/bairros-de-bissau-vao-fazer-declaracoes.html>



VÍDEO : ETIÓPIA – UMA COMUNIDADE DECIDE
http://www.unicef.org/french/ec/768_947.htm

3. O Cameroun
O Cameroun comemorou, no dia 6 de fevereiro de 2011, a quarta Jornada « Tolerância zero às MGF » com o tema : « Engajamento indispensável dos governos ao alcance da tolerância zero das mutilações genitais femininas ». O comitê inter-africano das práticas tradicionais que têm efeitos na mulher (ONG panafricana) sensibiliza os excisadores de Yaoundé sobre os perigos das mutilações genitais.

► **Uma boa campanha levada contra as mutilações para fazer movimentar as coisas nas localidades.**



Dia de Tolerância Zero à Mutilação Genital Feminina
<http://www.portugues.rfi.fr/africa/20130206-dia-de-tolerancia-zero-mutilacao-genital-feminina>
<http://www.gbissau.com/?p=4401>

5. Outras práticas nefastas



O casamento precoce : todo casamento concluído e consumado por uma garota imatura (antes dos 18 anos de acordo com a CDE). Esta prática geralmente acontece com as garotas, mas também não se deve esquecer que os garotos também são vítimas.

Os casamentos precoces/forçados são uma prática tradicional nefasta que possuem **graves repercursões para a saúde no que diz respeito à gravidez das garotas**. A imaturidade anatômica e psicológica dos adolescentes os expõem a todas as complicações ligadas à gravidez precoce : aborto, partos prematuros, laceração perineal, infecções, etc. Por outro lado, estes casamentos são, na maioria das vezes, arranjados dentro das famílias poligâmicas onde os adolescentes são expostos à **altos riscos de transmissão do HIV/AIDS** e a choques psicológicos.

Os casamentos precoces/forçados engendram **a interrupção da educação dos adolescentes**, que têm, em consequência, poucas chances de ser integradas à malha econômica depois.

Existem também os casamentos entre gerações onde os homens de mais de 70 anos casam-se com adolescentes, pensando que estas trarão para eles juventude, energia e uma longa vida. As consequências destes casamentos se acrescentam ao risco de viuvez prematura para estas adolescentes. As crianças nascidas destes casamentos têm poucas chances de se desenvolver normalmente.

O Dote : a prática do dote consistindo em dar um prêmio à noiva é também considerado como uma prática nefasta. Esta “coisificação” da mulher submete ainda mais a mulher ao seu marido, a quem ela pertence, e sobre quem, como qualquer outro objeto, possui um direito de vida ou de morte.

O Levirato : consiste para uma viúva em ter como cônjuge o irmão do seu marido falecido.

O Sororato : consiste em um viúvo se casar com a irmã da sua esposa falecida.

O Gavage : consiste em fazer uma garota consumir obrigatoriamente alimentos para que ela adquira uma aparência de mulher para conseguir um casamento precoce.

A Dieta excessiva : restrição alimentar com o objetivo de enfraquecer uma garota para consumir o casamento.

A Circuncisão : é efetuada em más condições de higiene e é uma prática prejudicial à saúde.

As boas práticas tradicionais a manter :

- Aleitamento materno ;
- Carregar o bebê nas costas ;
- Educação coletiva ;
- Lavar as mãos com sabão ;
- Solidariedade.

O casamento precoce

Praticado para reforçar os laços de amizade ou de parentesco ou, as vezes, para liquidar dívidas.

Consequências :

- desacordo em casa
- expulsão da filha pela família,
- infidelidade
- órgão imaturo

O que fazer ?

- Fazer os pais entender a importância da escolha da garota
- Explicar as consequências psicosociais de uma garota expulsa e das dificuldades de parto para uma garota muito jovem.

MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE
FICHA DE ATIVIDADE 1 : MEU BAIRRO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Tornar possível o aprendizado da história do bairro dos adolescentes.
- Identificar e localizar os diferentes lugares estratégicos do bairro (Saúde, Educação e Sócio-econômico).
- Conhecer os diferentes grupos existentes no bairro.
- Compreender as problemáticas do bairro e as pistas para resolvê-las.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	Foto linguagem ‘cultura de paz’ Os jovens, divididos em pequenos grupos, escolhem fotos ou imagens de revistas e constroem uma ideia de cultura de paz a partir destas fotos.	10 min
1. Recapitulação do último mês : saúde e prevenção	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante o mês sobre saúde e prevenção. Os voluntários convidados mudam a cada encontro, alternando entre menino e menina.</i>	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Meu bairro	Convidar uma pessoa do bairro que virá contar a história do bairro desde a sua criação até os dias atuais.	15 min
História do bairro		25 min
Localização dos lugares De Saúde, de Educação e Sócio-econômico que eu conheço no meu bairro.	Em um grande grupo : completar o mapa do bairro (reproduzido antecipadamente numa folha A1) com os lugares desenhados em pedaços de papel : a escola, os terrenos de esporte, as igrejas, os mosteiros, os mercados, o posto policial, os hospitais, as instituições... + <i>Mostrar a localização do bairro na cidade.</i>	
Os diferentes grupos do bairro : Quais são os grupos culturais/esportivos/ étnicos/religiosos do meu bairro, como eles convivem? Quais são os agrupamentos comunitários?	Fazer 4 grupos : 1 sobre os grupos religiosos, 1 sobre os grupos étnicos e culturais, 1 sobre os grupos esportivos e 1 sobre os agrupamentos com a finalidade de refletir sobre o que eles fazem e por qual motivo. + <i>Apresentação do trabalho de cada grupo através de um porta-voz e debate orientado pelo animador.</i>	40 min

4. Exercício prático :

Os problemas do bairro

Fazer 3 grupos : 1 sobre a saúde, 1 sobre a Educação e 1 sobre o setor sócio-econômico com a finalidade de estabelecer uma lista dos diferentes problemas do bairro para cada setor.
+ Apresentação do trabalho de cada grupo através de um porta-voz e debate orientado pelo animador sobre os problemas do bairro.

40 min

Como nós podemos melhorar o nosso bairro?

Debate aberto orientado pelo animador. Preencher o quadro em anexo (reproduzido em uma folha grande) e refletir sobre as dicas para resolver os problemas evocados por cada setor.
+ Elaborar um mapa coletivo do grupo considerando 3 ações concretas com o objetivo de ajudar o bairro a fixar o mapa na parede da sala.

25 min

5. Avaliação da sessão

Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.

10 min

6. Apresentação da próxima oficina sobre o meio ambiente.

Apresentado pelo animador.

5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante
- Giz, papel (preparar os pedaços de papel), lápis, lápis de cor, cola.
- Fotos & revistas

PREPARAÇÃO :

- Mapa do bairro reproduzido em A1 (a preparar antes da oficina)
- + mapa da cidade
- + dados estatísticos da cidade
- + Base de dados do bairro (animador)

► QUADRO SOBRE OS PROBLEMAS E AS DICAS

Setor	Problema	Como resolver o problema à nível doméstico ?		Como resolver o problema à nível de bairro ?	
		Como ?	Com quem ?	Como ?	Com quem ?
Saúde					
Educação					
Sócio-econômico					
Outro?					

MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE
FICHA DE ATIVIDADE 2 : MEIO AMBIENTE

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Sensibilizar os jovens sobre os principais desafios relacionados ao meio ambiente
- Conscientizar os jovens sobre a necessidade de proteger o meio ambiente a nível do bairro.
- Lançar uma reflexão sobre a organização de uma ação de preservação do meio ambiente no bairro.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.	10 min
1. Recapitulação do último encontro sobre meu bairro	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam sobre a última sessão “meu bairro”.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Jogo Foto linguagem	O animador expõe os desenhos e fotos do anexo 2 e o reproduz no papel gigante, com 3 colunas, sobre o meio ambiente. Um por vez seleciona a foto ou o desenho da sua escolha e cola na coluna adequada : insalubre / salubre / gera doenças e explica o porquê. + O animador conclui insistindo sobre os principais desafios ambientais e a importância de dar atenção à nível individual e coletivo (Ver. anexo 3).	60 min
Quiz Meio-ambiente	Dividir os jovens em pequenos grupos e distribuir o Quiz para cada grupo. Os jovens discutem antes de responder as perguntas (Ver. o Quiz no anexo 4). + Apresentação das respostas do quiz por um representante de cada grupo.	40 min
4. Exercício prático : Agir pelo planeta	Reflexão sobre a ação de preservação do meio ambiente Lançar o Debate em torno das perguntas seguintes : ► Quais são os principais problemas ambientais da nossa comunidade ? ► O que podemos fazer para melhorar o meio ambiente na nossa comunidade ? Em pequenos grupos, os jovens elaboram um plano de ação de preservação ambiental no bairro. + Apresentação do plano de ação de cada grupo através de um representante.	40 min

5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre os hábitos e costumes.	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores
- Fotos para o “foto linguagem”
- Cola ou massa adesiva para fixação

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição
2. Foto linguagem
3. Os principais desafios ambientais
4. Quiz Meio ambiente

OFICINA PRÁTICA :

► Pedir aos jovens para fazer de acordo com a criatividade deles, seja 1 cartaz, 1 peça de teatro, 1 música, 1 poema, 1 artigo... para a sensibilização da comunidade (escolher 1 ação).

1. Definição

O meio ambiente é o que nos envolve. Suas atividades e todos os seus componentes : o ar, a água, a atmosfera, as rochas, os vegetais, os animais, são o nosso suporte de vida.

!

- O corpo humano está em comunicação permanente com o meio ambiente : o nariz respira o ar, a pele sente a temperatura, a boca absorve a água e o alimento, a orelha percebe os sons.
- O meio ambiente, que nos envolve, tem uma grande influência sobre a nossa saúde. Proteger o meio ambiente é proteger a boa saúde da terra, das crianças e dos mais velhos.
- A água, o ar e o solo podem causar doenças se estiverem poluídas.

A biodiversidade : é o conjunto das formas de vida na terra : com muitas espécies, desde as bactérias até os grandes animais e as árvores imensas, os peixes, os pássaros, os insetos e as plantas.
► O homem faz parte da biodiversidade.

O ecossistema : é um sistema onde todos os elementos dependem uns dos outros, cada um tem seu papel, cada um é útil : um gato não tem mais importância que um ratinho! Por exemplo, sem as bactérias e os peixes para limpar a lagoa, esta desapareceria e seus moradores também.

A fotossíntese : as plantas verdes e as árvores absorvem gás carbônico (CO2) e rejeitam oxigênio (O2). Este processo chama-se fotossíntese.
► As florestas são grandes fábricas de oxigênio, são os pulmões do planeta.
► O oxigênio é um elemento fundamental para a sobrevivência dos homens e dos animais, pois ele os permite respirar.

A água e a luz : são vitais para as plantas, que precisam para o seu crescimento.

Entretanto, nosso meio ambiente, elemento chave da nossa sobrevivência é perigosamente afetado por nossas atividades.

Cada um de nós deixa a sua marca. Quando você utiliza um computador, quando você cozinha ao carvão de lenha ou quando você come uma fruta, você consome indiretamente carbono, água, recursos naturais. Por exemplo, foi necessário água para regar o fruto que você comeu, energia para transportá-lo até a sua casa, madeira para armazená-los em caixotes.
► O homem tem um impacto na biodiversidade e no equilíbrio do planeta.

2. Foto linguagem

► Fotos e desenhos para imprimir antes da oficina e colar na parede.

MEIO AMBIENTE

Insalubre

Boa gestão

Gera doenças

3. Os principais desafios ambientais

Os principais problemas ambientais :

- **O solo** possui dois problemas : a regressão (erosão do solo) e degradação dos solos (as propriedades do solo mudam).
- **A poluição das águas** da superfície e a poluição das águas subterrâneas. Esta poluição representa um perigo para o homem tal como a penúria em água potável.
- **O aquecimento do planeta** : fala-se de aquecimento climático quando a temperatura média dos oceanos e da atmosfera se eleva. Na história da terra, houve muitas fases de aquecimento e de congelamento. Quando existe CO2 demais no ar, isto pode aumentar a temperatura no planeta.
- **A poluição das águas** pode ser : física, as indústrias utilizam a água como líquido de resfriamento, o que gera o aquecimento significativo na atualidade e o desaparecimento de algumas espécies de animais ou vegetais. A poluição radioativa sobrevive durante acidentes nucleares. A poluição é química quando ela é causada pela rejeição de diversas substâncias químicas provenientes da indústria, da agricultura ou dos dejetos domésticos tais quais o óleo de esvaziamento, o chumbo, o mercúrio, o zinco.
- **A poluição do ar** : o ar pode estar poluído pelos gases tóxicos, provenientes da indústria ou dos motores das engrenagens. Esta poluição polui a camada de ozônio, os gases do efeito estufa, por exemplo. O impacto gera o buraco na camada de ozônio que é prejudicial para a saúde humana, a fauna e a flora, através dos raios ultra violetas que não são mais filtrados pela camada de ozônio.

As técnicas de proteção do meio ambiente : *Depende de todos nós!*

- Redução do gás de efeito estufa (Protocolo de Quioto*)
- Gerenciamento dos dejetos
- Reciclagem das matérias primas
- Gerenciamento dos recursos naturais
- Associações ecologistas : numerosas associações e instituições não governamentais estão ativas em relação à questões ambientais (Exemplo : l'UICN, União internacional pela conservação da natureza)
- *Informe-se, talvez exista alguma no seu bairro ou na sua cidade!*



Vídeo : <http://www.iucn.org/es/sobre/>

Um bairro onde tudo é feito para respeitar o meio ambiente.

Os eco bairros são construídos para proteger o meio ambiente. Por exemplo : as moradias são bem isoladas, a água da chuva é recuperada para o jardim ou para a horta e limpar as ruas, muros vegetais protegem a biodiversidade, as linhas de ônibus ou de trem são criadas para religar o bairro ao centro da cidade, os dejetos são triados para serem transformados e valorizados... Nos eco bairros, os moradores podem viver na cidade respeitando o planeta.

*O Protocolo de Quioto, que sucede à Convenção-Quadro das Nações Unidas sobre as alterações climáticas, é um dos instrumentos jurídicos internacionais mais importantes na luta contra as alterações climáticas. Integra os compromissos assumidos pelos países industrializados de reduzirem as suas emissões de determinados gases com efeito de estufa responsáveis pelo aquecimento planetário. As emissões totais dos países desenvolvidos devem ser reduzidas em, pelo menos, 5 % em relação aos níveis de 1990, durante o período 2008-2012.

4. Quiz meio ambiente

► A distribuir aos jovens

1. O que é o meio ambiente ?

2. A corte excessivo das árvores destrui o meio ambiente ?

☐ Verdadeiro ☐ Falso

3. Botar óleo de motor no rio não tem consequência para o meio ambiente.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

4. Defecar ao ar livre é poluir o meio ambiente.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

5. O alcatrão e os gases gerados pelos motores favorecem o calor.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

6. Os dejetos ou produtos químicos derramados no mar não geram a morte dos peixes e das aves costeiras.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

7. Os caçadores representam um perigo para o meio ambiente.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

8. Em quanto tempo um saco plástico se decompõe ?

☐ 100 anos ☐ 50 anos ☐ 10 anos

9. Uma torneira que vaza é uma perda de :

☐ 10 l/dia ☐ 20 l/dia.

10. Qual é o primeiro fator de mortalidade no mundo ?

☐ A Fome ☐ HIV-SIDA ☐ Água contaminada



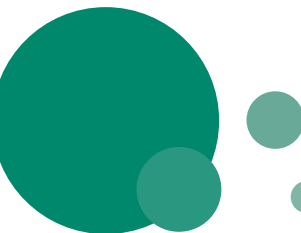
•Um dos objetivos de Desenvolvimento do Milênio é a preservação do meio ambiente, pois o futuro da humanidade depende do nosso bom gerenciamento das riquezas naturais e da nossa proteção aos ecossistemas complexos.
•5 junho : Dia mundial do meio ambiente para sensibilizar sobre questões ambientais.

Porque é tão importante cuidar do nosso planeta ?

- É graças a ele que nós podemos beber e comer.
- É graças a ele que podemos respirar.
- É graças a ele que podemos construir nossas casas.

O que você pode fazer para reduzir o seu impacto ambiental ?

- **Plantar uma árvore** : ela vai absorver o CO2 e rejeitar o oxigênio que é necessário ao homem para respirar.
- **Não deitar os dejetos em todo lugar**, isto permitirá a preservação dos recursos da terra.



MÊS 4 :
FICHA DE ATIVIDADE 3 :
MINHA COMUNIDADE
OS HÁBITOS E OS COSTUMES

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Facilitar a expressão dos adolescentes sobre os hábitos e os costumes da comunidade
 - Permitir que os adolescentes avaliem a evolução dos hábitos e dos costumes (pluricultural)

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	É importante inovar e preparar um jogo « quebra-gelo » diferente a cada encontro.	5 min
1. Recapitulação sobre a última oficina « o meio ambiente »	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a ultima oficina sobre “o meio ambiente”.</i>	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Minha comunidade e seus hábitos e costumes <i>O que é uma comunidade ? O que é minha comunidade ?</i> <i>Quais são os hábitos e costumes da comunidade ?</i>	Chuva de ideias sobre o que significa comunidade para os jovens.	10 min
	Convidar alguns membros da comunidade (avós e avôs, encarregados de educação...) para falar dos hábitos e dos costumes ao nível cultural, religioso, alimentar e social (papel da mulher). <i>Sugestão : Convidar uma pessoa externa para falar dos hábitos e costumes de um outro bairro.</i>	30 min
Evolução dos hábitos e dos costumes ?	Trabalhar em 3 grupos : 1 sobre os costumes culturais (alimentar), 1 sobre os costumes religiosos e 1 sobre os costumes educativos para preencher o quadro (em anexo) e refletir sobre a evolução dos costumes. + <i>Apresentação dos trabalhos por um representante de cada grupo e reflexão orientada pelo animador sobre a evolução dos hábitos e costumes no decorrer do tempo.</i>	50 min
Intervalo com uma dança	Demonstração de danças tradicionais pelos jovens que desejarem	10 min
4. Exercício prático : <i>Evolução dos hábitos e costumes no futuro</i>	Imaginar como os costumes evocados pelos depoimentos poderiam evoluir no futuro, particularmente em relação ao papel da mulher. + <i>Debate aberto conduzido pelo animador : os adolescentes devem imaginar os costumes que eles gostariam de ver mudar e porquê.</i>	30 min

	Trabalhar com os 3 mesmos grupos : começar a preparação de pequenas peças de teatro que serão apresentadas durante a próxima oficina sobre a temática seguinte : <i>Um adolescente originário de um outro país vai chegar no bairro. Apresentar a sua cultura com os hábitos e os costumes do bairro.</i>	15 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre os hábitos e os costumes(2)	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante
- Giz, papêl, lápis

PREPARAÇÃO (antes da oficina) :

Preparar o quadro sobre a evolução dos hábitos e costumes no papel gigante

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

A **comunidade** é um grupo de indivíduos que vive numa mesma zona geográfica; compartilham as **problemáticas em comum**, compartilham, as vezes, origens étnicas, familiares, crenças ou religião, mas sobretudo **que possuem interesses comuns e que desejam agir juntos.**

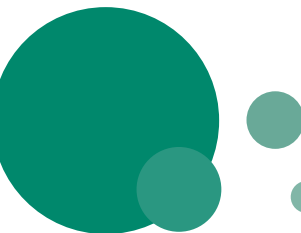
Hábitos e costumes : Conjunto de hábitos sociais adquiridos através do contexto cultural e da tradição, que influenciam nossa maneira de agir.

Valores : (aqui) Valor moral, coisa intelectualmente ou moral a qual damos muita importância. Por ex. a cortesia, o respeito, a família, a solidariedade, a coragem, o mérito, o trabalho...

Obrigações : comportamentos que as pessoas devem ter na sua comunidade para limitar os conflitos, os mal entendidos... Por ex. as maneiras de cumprimentar, dizer bom dia, a relação com os pais, família, etc.

► QUADRO SOBRE A EVOLUÇÃO DOS HÁBITOS E COSTUMES

Nível	Costumes na época de nossos avôs	Costume hoje
Cultural (alimentar)		
Religioso		
Educativo		
Outro? (papel da mulher)		



MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE

FICHA DE ATIVIDADE 4 : OS HÁBITOS E OS COSTUMES (2)

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Favorecer a expressão dos Jovens sobre os hábitos e costumes do bairro e da comunidade
 - Estimular os adolescentes a imaginar os hábitos e os costumes do bairro no futuro

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	É importante inovar e preparar um jogo « quebra gelo » diferente a cada encontro.	5 min
1. Recapitulação da última oficina sobre os hábitos e os costumes (1).	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a ultima oficina sobre os habitos e costumes.</i>	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles- centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Minha comunidade, os hábitos e costumes	Peças de teatro Trabalho com os mesmos 3 grupos para finalizar as peque- nas peças de teatro iniciadas durante a oficina precedente. Temática : <i>um adolescente originário de um outro país vai chegar no bairro. Apresentar sua cultura com os hábitos e os costumes do bairro.</i> + Apresentação de cada peça de teatro. + Debate sobre as situações apresentadas nas peças de teatro realizadas pelo animador.	30 min 20 min 20 min
Intervalo com jogo	Jogo relacionado ao costume, como por exemplo, um jogo da minha infância (costume tradicional).	5 min
4. Exercício prático : História em quadrinhos	Trabalho em 3 grupos para realizar histórias em quadrinhos. Temática : <i>“imaginar os hábitos e os costumes do bairro num futuro distante, se imaginem na época de seus futuros filhos...”</i> + fixar as histórias em quadrinhos realizadas em uma pa- rede da sala, nas escolas...	60 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre a cultura de paz. .	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :
Papel, lápis, modelos de histórias em quadrinhos, lápis de cor, folhas A4 impressas com 6 quadros para as histórias na forma de peque- nas histórias em quadrinhos.



MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE

FICHA DE ATIVIDADE 5 : VIOLÊNCIA E CULTURA DE PAZ (1)

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Incentivar a reflexão dos adolescentes sobre as diferentes manifestações de violência
 - Ensinar os adolescentes a procurar ajuda, como ajudar e de qual maneira

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Quebra gelo	Fazer apresentar pelos jovens com algumas cadeiras os temas seguintes : comunidade - conflito - violência - paz...	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre os hábitos e costumes.	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a ultima oficina sobre os habitos e costumes.</i>	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles- centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Violência contra as crianças	Chuva de ideias sobre os diferentes tipos de violência que os jovens conhecem. + Introduzir a ideia que os atos de violência podem ser divididos em 4 categorias : física, psicológica, sexual e por negligência (ver anexo). + Dividir os adolescentes em 4 grupos. Convidar cada grupo a imaginar uma história de violência contra uma criança em função das experiências dos diferentes tipos de violência (ver em anexo para as definições) : Grupo 1 : História de violência física contra uma criança. Grupo 2 : História de violência psicológica contra uma criança Grupo 3 : História de violência sexual contra uma criança Grupo 4 : história de negligência contra uma criança. + Apresentação por cada grupo da sua história por um por- ta-voz representante. + Debate sobre os diferentes tipos de violência que apare- cem nas histórias.	60 min
Intervalo	Jogo da máquina rítmica	10 min

4. Exercício prático :

O que podemos fazer?

Reflexão em torno das questões seguintes :

- Quais são os tipos de violência mais frequentes que acontecem na minha comunidade e na minha rede?
- Uma pessoa pode merecer ser vítima de violência? porquê?
- Quais são as consequências da violência para os indivíduos? Para a comunidade?
- O que podemos fazer para desenvolver uma cultura de paz no nosso bairro?

60 min

► Estabelecer um plano de ação comum com 5 ações que os adolescentes se comprometeriam a realizar em favor de uma cultura de paz dentro do seu bairro.

5. Avaliação da sessão

Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.

20 min

6. Apresentação da próxima oficina sobre o ciclo da violência

Apresentado pelo animador.

5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS :

1. Definição da violência contra as crianças
2. Quais são as diferentes formas de exercer a violência?
3. Histórias para alimentar o debate

PESQUISA LOCAL :

► Existência de leis específicas sobre a violência e os mecanismos de proteção no meu país?

1. Definição : Violência contra as crianças

Cada dia, a violência destrói a vida de milhões de crianças.

O conceito de violência, tal qual refletido na Convenção sobre os Direitos da Criança inclui :

‘Toda forma de violência, de infração ou de brutalidades físicas e mentais, de abandono ou de negligência, de maus tratos ou de exploração, assim como a violência sexual’.



Violência contra as crianças : <http://www.unviolencestudy.org/spanish>

Prevenção à violência contra crianças e adolescentes : http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/dicas/150violencia_crianca.html

As diferentes formas de exercício da violência contra as crianças :

1. Violência no seio familiar e pela família

Incluindo violência física, psicológica e sexual.

2. Violência na escola e em meio escolar

Este tipo de violência engloba todas as formas de disciplina violenta e humilhante, assim como a violência física, psicológica e sexual, o abuso sexual e a intimidação nas escolas.

3. Violência nas outras instituições

Incluindo a violência nas instituições, tais quais orfanatos, casas de acolhimento, refúgios e outras instituições para os jovens em conflito com a lei.

4. Violência na comunidade e na rua

Incluindo crianças em conflito com a lei, a violência dos gangs, assim como os jovens envolvidos no crime organizado e nas práticas tradicionais nefastas.

5. Violência no local de trabalho

Incluindo as crianças envolvidas no trabalho doméstico, o tráfico (trabalhos forçados e exploração sexual), a exploração sexual para fins comerciais e o trabalho infantil.

2. Os diferentes tipos de violência

• **Violência física** : todo contato físico intencional que ocasiona uma ferida. A violência física é quase sempre utilizada no objetivo de controlar outra pessoa.

► A violência física é uma das formas de violência mais conhecida e mais fácil de detectar, pois ela é visível e pode deixar marcas.

Diferentes sequelas :

- Lesões corporais
- Infanticídio
- Homicídio

• **Violência psicológica** : todo comportamento que fere, humilha ou aterroriza uma pessoa e se repercute negativamente no seu bem estar.

► Este tipo de agressão não deixa marcas visíveis, mas marca para toda a vida.

Diferentes formas :

- Ameaças
- Punição exagerada
- Discriminação
- Crimes contra a honra

• **Violência sexual** : todo abuso de poder no qual a criança ou o adolescente é utilizado para satisfação sexual de um adulto, com ou sem violência física.

Diferentes formas :

- Estupro
- Atentado ao pudor
- Perseguição sexual
- Tráfico de seres humanos para fins sexuais

• **A negligência** é uma outra forma de violência. Todo aquele que não protege uma pessoa pela qual ele é responsável e omite prover às suas necessidades, é culpado de negligência.

► É frequentemente difícil de detectar a negligência.

Diferentes formas :

- Abandono
- Não nutrir, vestir ou alojar de maneira conveniente uma criança.

3. Pequenas histórias para o debate

MARIA namora com Ricardo há alguns meses. Recentemente, Ricardo começou a questiona-la sobre o seu comportamento. Ele sempre pergunta com quem ela fala na sala de aula, porquê ela não está em casa quando ele telefona e porquê ela passa uma boa parte do dia conversando com seus amigos, ao invés de estar com ele. Maria tenta não dar atenção aos seus comentários, mas, nestes últimos tempos, Ricardo falava com ela de maneira desrespeitosa. Ele até a insultou nos corredores da escola e depois ele pediu desculpas. Na última noite, ele bateu nela. Ele diz que está triste porque ele a ama, mas ela o deixa louco de ciúmes.

RENATA e João namoram há alguns meses. Renata ainda vai à escola e João é formado desde o ano passado. Ele tentou encontrar um emprego estável, mas ele não teve sorte. Ultimamente, Renata fez comentários sobre seu último namorado, dizendo que ele tinha um bom emprego e sempre comprava bons presentes para ela. Assim, ela começou a chamar João de preguiçoso, dizendo que se ele fosse um homem de verdade, ele já teria encontrado um trabalho.

Quando **LEONARDO** tinha 12 anos, uma amiga da sua mãe, Alice, ficava com ele quando seus pais saíam à noite. Alice tinha a mesma idade que a sua mãe. Uma noite, quando Leonardo foi tomar o seu banho, Alice entrou no banho com ele. Leonardo nao sabia o que fazer. Ele ficou, na frente dela, imóvel. Ela disse a ele : « porque você parou? Seja um homem e venha comigo ». Leonardo teve uma relação sexual com ela. Depois, ele se sentiu estranho, mas não sabia se ele podia falar disso com alguém.

TATIANA saiu com o seu namorado, Paulo, e seus amigos para dançar. Quando a festa estava no auge e todo mundo dançava, Tatiana observou que uma outra jovem dançava com Paulo e se aproximava cada vez mais. Tatiana então interveio rapidamente para separá-los e afirmar que Paulo estava com ela. A jovem se afastou. Depois de algum tempo, Tatiana foi pegar um copo em um bar com uma amiga deixando Paulo com seus amigos. Quando ela encontrou Paulo, a jovem estava de volta e dançava desta vez sensualmente com Paulo. Tatiana ficou com raiva, o lançou seu copo e puxou o cabelo da jovem até ela deixar Paulo tranquilo.

MARCELO tem 15 anos e não teve relação sexual. Os seus amigos sempre zombam dele dizendo que ele não é homem, pois ele ainda é virgem. Uma noite, eles o levaram em um bordel e pagaram uma prostituta. Ele não queria ter uma relação sexual, mas terminou se deixando levar, por causa da pressão que seus amigos exerciam sobre ele.

SUSANA tem um filho de 11 anos, Henrique, que é muito criativo e cheio de energia. Entretanto, ele sempre tem problemas na escola por alguma causa. O marido de Susana, João, põe a culpa nela dizendo que ela passa tempo demais no trabalho, e que ela deveria ficar em casa para cuidar de Henrique. Um dia, Susana e seu marido brigaram e ele bateu nela. Ferida, Susana bateu em Henrique, dizendo que ele era um filho ingrato.

MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE

FICHA DE ATIVIDADE 6 : VIOLENCIA E CULTURA DE PAZ (2)

DATA :		DURAÇÃO : 3H			
OBJETIVOS :					
- Facilitar a reflexão dos adolescentes sobre as consequências da violência e do ciclo da violência - Ensinar os adolescentes a procurar ajuda					
ETAPAS		METODOLOGIA		DURAÇÃO	
Jogo quebra gelo		Ver a caixa de ferramentas no fim do Manual.		5 min	
1. Recapitulação da última oficina sobre a cultura pela paz.		Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam sobre a última oficina.		15 min	
2. Escolher o líder do dia		Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.		5 min	
3. Temática :		O animador põe 5 grandes folhas na parede : 1) Folha 1 : Violências praticadas contra mim 2) Folha 2 : Violências que eu pratico contra os outros 3) Folha 3 : Violências as quais eu fui testemunha 4) Folha 4 : Como eu me sinto quando eu sou violento 5) Folha 5 : Como eu me sinto quando uma pessoa é violenta comigo		40 min	
O ciclo da violência		Distribuir 5 pedaços de papel para cada adolescente e convidar cada um a refletir sobre as situações de violência que eles conhecem. Cada jovem descreve 1 situação sobre cada pedaço de papel e cola na folha que corresponde à situação descrita. + O animador descreve algumas respostas em voz alta e abre a discussão : - Como nos sentimos quando somos violentos ? - Existe uma relação entre a violência que nós cometemos e a violência que nós sofremos ? - A violência é como um ciclo : uma pessoa que é vítima de violência é mais susceptível de cometer ou reproduzir atos de violência depois. O que você pensa ? - O que podemos fazer para romper este ciclo de violência ?		5 min	
Intervalo com jogo				5 min	
4. Exercício prático :		O animador apresenta as leis do país relacionadas à proteção contra a violência. Em um grupo grande, listar os recursos que os adolescentes conhecem na comunidade para ajudar os que são confrontados a uma situação de violência. Estabelecer um plano de ação comum.		40 min	
Romper o silêncio e procurar ajuda					

Teatro

Dividir os adolescentes em 2 grupos para criar uma história que eles apresentarão depois.

O primeiro grupo vai criar uma história que represente uma pessoa vítima de violência e que busca falar com alguém. Quais são os dilemas e as preocupações que esta pessoa pode ter tentando « quebrar o silêncio? ».

O segundo grupo vai criar uma história que apresente os desafios de uma pessoa que se aproxima de uma vítima de violência e vai tentar ajudá-la. Quais podem ser os problemas e as preocupações que uma pessoa pode ter quando ela tenta ajudar alguém, seja um amigo, um parente, um colega de trabalho ou um vizinho?

Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.

Apresentado pelo animador.

40 min

5. Avaliação da sessão

20 min

6. Apresentação da próxima oficina sobre a comunicação.

10 min

MATERIAL NECESSARIO :

•Papel gigante + lápis + marcadores

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. O ciclo da violência
2. Romper com o silêncio e procurar ajuda
3. Prevenir a violência

PESQUISA LOCAL :

► **Existência de leis específicas sobre a violência e os mecanismos de proteção**

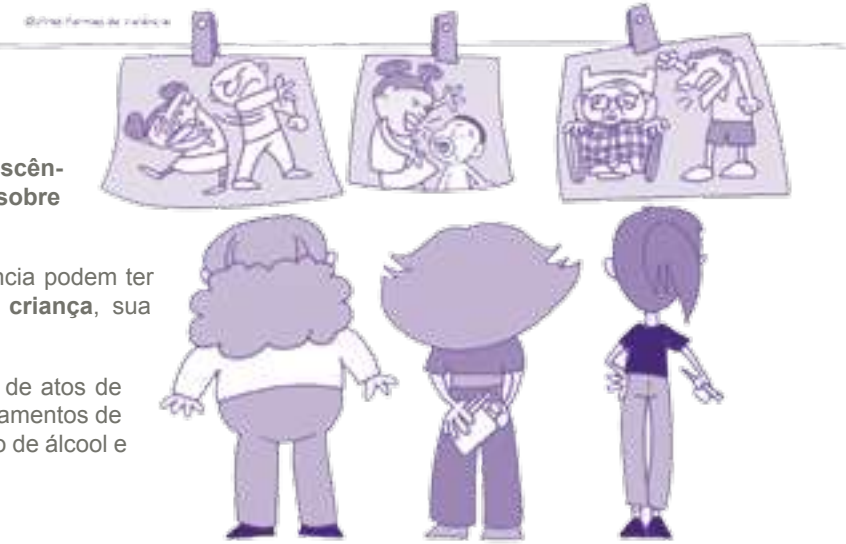
1. O ciclo da violência

A violência contra as crianças e os adolescentes é uma realidade dolorosa, responsável por uma taxa elevada de mortalidade.

As experiências vividas durante a infância e a adolescência, sejam elas positivas ou negativas, se refletem sobre a personalidade adulta.

As marcas físicas, emocionais e psicológicas da violência podem ter sérias **repercussões sobre o desenvolvimento da criança**, sua saúde e sua capacidade de aprendizagem.

Alguns estudos mostram que o fato de ter sido vítima de atos de violência na infância é susceptível de provocar comportamentos de risco no futuro, tais como o consumo de tabaco, o abuso de álcool e de drogas, a inatividade física e a obesidade.



Vida Maria :

<https://docs.google.com/file/d/0B48XhEJmY-xZbklhSGJLcW4taTg/edit?usp=sharing>

2. Romper com o silêncio e procurar ajuda

O que fazer quando somos testemunhas de um ato de violência ?

A violência doméstica contra as crianças e os jovens é um crime e não um problema interno à família. Assim, a melhor maneira de impedir este tipo de ato é de denunciar o agressor no primeiro sinal de violência. A criança, o adolescente ou toda pessoa pode obter ajuda em toda instituição de proteção. A denúncia pode ser feita de forma anônima ou por terceiros.

Mitos sobre a violência infantil

Os mitos são falsas realidades, cômodas aos interesses do agressor. Em caso de dúvidas, se informar numa instituição de proteção da infância e do adolescente.

•A violência física contra a criança e o adolescente é um direito conferido ao chefe de família, ao marido e aos pais.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

•A violência é um costume das famílias mais vulneráveis.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

•Ele não sabia o que estava fazendo : ele tinha bebido muito

☐ Verdadeiro ☐ Falso

•O abuso sexual atinge unicamente as meninas.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

•Se não houve penetração, não pode ter tido estupro.

☐ Verdadeiro ☐ Falso

3. Prevenir a violência

“A melhor maneira de prevenir a violência, de tratar o problema da violência contra as crianças é impedir que isso aconteça.”
(Professor Paulo Sérgio Pinheiro)

De maneira geral, **a prevenção da violência contra a criança e o adolescente é de extrema importância na sociedade**, visto a gravidade das sequelas físicas e psicológicas.

Então é importante :

•**Informar os pais e as comunidades** sobre as necessidades das crianças e dos adolescentes insistindo sobre os seus direitos e as normas de proteção.

•**Desenvolver grupos de autoajuda** para os pais e as mães em situação de risco.

•Favorecer a criação de uma **rede de apoio da comunidade** (unidades de saúde, associação de bairros, grupos religiosos, clubes de mães...).

•Facilitar o **acesso aos serviços de educação** e de assistência.

•Contribuir com o fortalecimento das ligações entre o adolescente, a família e os amigos.

•Contribuir com o desenvolvimento dos adolescentes.

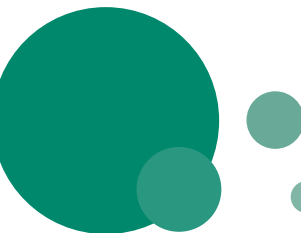
•Organizar grupos de reflexão-debate com profissionais dos setores relacionados.

As ações de prevenções devem permitir evitar que a violência dentro da família se perpetue de geração em geração, procurando romper com a sua continuidade. É fundamental instituir e multiplicar as redes de apoio, estimular a criação de grupos de autoajuda, nos quais as vítimas de violência se ‘recuperam’, através da autoestima e da confiança, e tornam-se capazes de superar os seus problemas com os seus próprios recursos.

Os primeiros anos de vida são a base do aprendizado para o resto da vida. Não é suficiente satisfazer as necessidades de base em alimentação e saúde, é necessário também estimular os pais a fornecer proteção, afeto e segurança para seus filhos. Um ponto importante para a afirmação de si, ensiná-los a ser vigilantes e saber o que fazer em uma situação de risco.

Lembrete : o diálogo é a melhor maneira de resolver os problemas que surgem nas relações de família.





MÊS 4 :

MINHA COMUNIDADE

FICHA DE ATIVIDADE 7 : COMUNICAÇÃO (1)

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Permitir aos adolescentes refletir sobre os diferentes tipos de comunicação.
 - Ensinar os adolescentes a melhorar suas aptidões para o diálogo.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo roda dos elogios	<i>Os jovens formam um círculo e cada um deve, um de cada vez, fazer um elogio ao seu vizinho.</i>	5 min
1. Recapitulação da última oficina sobre o ciclo da violencia	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam na última sessão.</i>	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada encontro, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : <i>Os diferentes tipos de comunicação</i>	Chuva de ideias sobre os diferentes tipos de comunicação. + O animador introduz a noção de comunicação agressiva, passiva e assertiva <i>(ver definições no anexo 1)</i>. Dividir os adolescentes em grupos de 2. O animador distribui o documento « análise de caso » <i>(ver no anexo 2)</i> para cada grupo. Existem 5 situações de conflito com 3 respostas para cada. O grupo deve definir para cada situação se trata de uma resposta agressiva, passiva ou assertiva. + Restituição por cada grupo das suas respostas através de um representante. + Debate sobre os diferentes tipos de comunicação. Distribuir para cada adolescente o documento auto - avaliação para preencher individualmente, sem se identificar <i>(ver em anexo 3)</i>. + Debate : ► <i>Quais são as pessoas com as quais eu me sinto bem para me comunicar?</i> ► <i>É útil aprender a se comunicar bem ?</i>	60 min
Jogo « Você sabe escutar? »	Dividir o grupo em 2 : no grupo 1, cada um deve refletir sobre uma história pessoal que ele vai contar. No grupo 2, o comando é o seguinte : cada pessoa do grupo 1 deve se colocar a dois com uma pessoa do grupo 2 e vai contar uma história pessoal. Em um primeiro tempo, cada um deve estar atento e se interessar pela história contada. Quando o animador fizer um sinal combinado, as pessoas do grupo 2 não devem mais escutar nem se sentir interessados pela história.	20 min

4. Exercício prático :	+ <i>Debriefing :</i> •O que você sentiu ? •É agradável quando não se escuta mais ? Falar de sexo e de saúde sexual O animador introduz a ideia que a comunicação têm 2 direções : quando uma pessoa fala, o que faz a outra ? A escuta faz parte da comunicação ? Sim. É a noção de escuta ativa. Dividir os adolescentes em 2 grupos : O grupo 1 vai interpretar a cena 1 sobre a má escuta <i>(ver em anexo 4)</i> O grupo 2 vai interpretar a cena 2 sobre a comunicação positiva <i>(ver em anexo 4)</i> Prever um tempo para a preparação das cenas. + <i>Restituição.</i> + debate : ► <i>Vocês acharam a discussão eficaz ?</i> ► <i>Quais são os comportamentos de escuta não verbais e verbais observados que tornam a discussão mais produtiva ?</i> ► <i>Como nos sentimos quando o interlocutor não escuta ?</i> ► <i>É possível aprender a se comunicar de maneira assertiva ?</i> ► <i>O que podemos fazer para melhorar a comunicação em caso de conflito ?</i>	60 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre a comunicação (2)	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

•Papel gigante + lápis+ marcadores

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. Definição

2. Análise de caso (para distribuir a cada adolescente)

3. Auto avaliação (para distribuir a cada adolescente)

4. Cena de má escuta e cena de comunicação positiva

1. Definição

As capacidades de comunicação são elementos chave. Em primeiro lugar, a comunicação deve garantir que a pessoa ou o grupo alvo entenda a mensagem específica que o comunicador pretende transmitir. Em segundo lugar, a comunicação deve evocar a resposta desejada. O estilo de comunicação pode afetar o tipo de resposta evocada.

A/ Comunicação agressiva

O comunicador agressivo se vê como superior aos outros e quer que os outros façam o que ele quer. Este tipo de comunicador não escuta os outros e tende a monopolizar a comunicação.

Por uma atitude dominadora, estes comunicadores obtêm frequentemente o que eles querem, e a maior parte do tempo em detrimento dos outros. Eles pensam que eles sabem tudo e que os outros não têm nada a lhe ensinar. Eles apontam do dedo, abrem os olhos, fixam as pessoas e aumentam a voz.

Em situação de crise, os comunicadores agressivos podem ser eficazes. Entretanto, nas situações normais, os comunicadores agressivos têm tendência a humilhar as pessoas e a fazer provocações frequentes, o que se torna uma agressão.

B/ Comunicação passiva

O comportamento passivo se caracteriza pelo fato de que o indivíduo não respeita as suas próprias necessidades e sentimentos. Ele as esquece completamente em favor dos outros. Ele vai aceitar tudo dos outros sem nada pedir para ele mesmo. Ele não comunica suas necessidades e seus sentimentos e se empenha unicamente a satisfazer os dos outros. A mensagem comunicada é então a seguinte : "eu não sou importante, você pode se aproveitar de mim".

Evidentemente, tal comportamento permite dificilmente tomar iniciativas, realizar o que nós queremos e atingir os objetivos pessoais. Então, é um comportamento ineficaz. A pessoa que tem um comportamento passivo deixa os outros decidir o que ele fará. Um tal comportamento produz com frequência um sentimento de mal estar e de frustração que conduzem à depressão, à ansiedade ou até mesmo à raiva. O indivíduo que não satisfaz suas necessidades se sente frequentemente deprimido, ou tem medo de encarar os outros por temor que eles demonstrem necessidades demais, ou ele se torna agressivo porque está ocupado demais com as necessidades dos outros que ele não pode satisfazer manifestando sua agressividade perante de um inferior.

Os comunicadores passivos têm tendência a perder a sua autoestima e tornam-se confusos quando eles devem estar no seu lugar. São seguidores.

C/ Comunicação assertiva

O comunicador assertivo é caracterizado principalmente pelo fato de que ele respeita as duas partes implicadas. Esta pessoa sabe que a outra pessoa têm direitos similares. Não há nenhum sentimento de superioridade ou de inferioridade.

Confiante, decidido e realista, o comunicador assertivo « negocia », em vez de impor. Ele evoca o respeito dos outros, e respeita igualmente os outros e os seus pontos de vista.

Este tipo de comunicador escuta a outra pessoa, ele expressa suas opiniões de maneira honesta e faz declarações assim como observações e perspectivas. A pessoa é também sensível aos sentimentos dos outros. « Que alternativas temos nós ? » É uma atitude clássica que este tipo de comunicador adota.

Na maioria das situações, o comunicador assertivo tem um contato visual direto, gestos naturais e expressões honestas, o que produz resultados bem melhores que os outros estilos mencionados acima.

No mundo real, poucas pessoas utilizam o mesmo estilo de comunicação para cada situação. Por exemplo, eles podem comunicar de uma certa forma com os seus superiores e de uma outra com os seus subordinados. A conscientização sobre os diferentes estilos e seus resultados pode melhorar nossa comunicação.

D/ A escuta ativa

A escuta ativa é uma técnica de comunicação que implica, em um diálogo, onde o que escuta começa interpretando e compreendendo a mensagem que ele recebe. Parece evidente que a pessoa que escuta deve prestar atenção a o que é transmitido, mas é verdade que uma boa parte da informação de uma conversa não chega corretamente ou é mal interpretada pelo que escuta. Isto acontece por excesso de informação, falta de concentração, estresse ou por diversas outras razões.

Nesta relação, a escuta ativa é fundamental para favorecer uma boa relação ; de fato, isto facilita o entendimento entre as deferentes partes e reduz o conflito.

Os líderes de equipe devem saber escutar ativamente. Isto significa que eles devem se assegurar que estão compreendendo totalmente o significado das mensagens que eles recebem de seus colaboradores, o que não é sempre fácil. Isto passa por pedir esclarecimentos, confirmar através de perguntas que a mensagem foi bem entendida e analisar a linguagem não verbal.

2. Análise de caso

Conflito	Resposta	Agressiva	Passiva	Assertiva
1/ Um garoto não está feliz que a sua namorada fale com outro garoto durante uma festa. Ele diz :	A. A festa não está tão divertida.			
	B. Eu tenho a impressão que você gostaria de estar com ele. Eu não me sinto a vontade.			
	C. Como você pode falar com este garoto quando você está comigo!			
2/ Um garoto convida uma garota para sair com ele. Ela não quer. Ela diz :	A. Obrigada, mas eu não estou interessada.			
	B. Ok...Está bem!			
	C. Eu nunca sairei com você, não te aproximes de mim!			
3/ Uma garota está de mau humor, pois ela brigou com sua amiga. Ela diz :	A. Eu não suporto que você zombe de mim!			
	B. Você é estúpida! Você vai ver! Eu vou falar de você!			
	A. Tu é burra, você já é seropositivo(va)!			
4/ Um garoto e uma garota querem ter uma relação sexual, mas não têm preservativo, um deles diz :	B. Eu quero utilizar um preservativo. Eu sei onde podemos encontrar.			
	C. Ok, eu concordo.			
	Resposta A:			
5/ Imaginar uma outra situação de conflito com as respostas.	Resposta B:			
	Resposta C:			

3. Auto avaliação : como eu me comunico quando eu não me sinto confortável

A distribuir para cada adolescente

Quando eu não me sinto confortável com um rapaz, eu sou :

- ☐ Passivo(a)
☐ Agressivo(a)
☐ Assertivo(a)

Quando eu não me sinto confortável com uma garota, eu sou :

- ☐ Passivo(a)
☐ Agressivo(a)
☐ Assertivo(a)

Quando eu não me sinto confortável com um homem, eu sou :

- ☐ Passivo(a)
☐ Agressivo(a)
☐ Assertivo(a)

Quando eu não me sinto confortável com uma mulher, eu sou :

- ☐ Passivo(a)
☐ Agressivo(a)
☐ Assertivo(a)

Quando eu não me sinto confortável com alguém que eu não considero igual, eu sou :

- ☐ Passivo(a)
☐ Agressivo(a)
☐ Assertivo(a)
☐ Eu não posso responder, pois eu as vejo outras pessoas como iguais a mim

Para mim, expressar sentimentos de agressividade é :

- ☐ Fácil
☐ Difícil

Para mim, expressar sentimentos de vulnerabilidade, é :

- ☐ Fácil
☐ Difícil

4. Cenas

Contexto : imaginar uma situação onde você está sendo acusado(a) injustamente de ter roubado dinheiro na casa do seu vizinho.

► Esboço 1 de má escuta (grupo 1)

1 adolescente do grupo deve “falar”, expressar seus sentimentos e tentar escutar.

É importante reagir de maneira que o interlocutor escute, se ele não escuta :

- Mostrar sua frustração
- Aumentar a voz

- Reagir de uma maneira adaptada para este tipo de situação

1 outro adolescente deve « escutar » e dar o exemplo de uma escuta inadequada. Mostrar as características de uma escuta inadequada : adotar os comportamentos verbais e não verbais seguintes :

Comportamentos não verbais :

- Dobrar as sobrancelhas
- Tomar um ar desdenhoso, virar os olhos
- Movimento da cabeça como para dizer não
- Impaciência – olhar ou movimento de retrocesso, sinais de aborrecimento, de indiferença...

Comportamentos verbais :

- Interrupção do interlocutor, reorientação da conversa para você ou mudança de assunto
- Expressão de julgamentos negativos sobre o interlocutor (“você é estúpido!”)

► Cena 2 de boa escuta (grupo 2)

1 adolescente do grupo deve “falar”, expressar seus sentimentos e tentar se fazer entender.

É importante reagir de maneira que o interlocutor escute : se ele escuta de maneira atenta e com respeito, adapta seu comportamento.

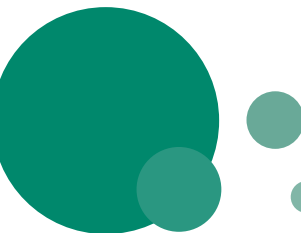
1 outro adolescente deve “escutar” e dar um exemplo de escuta ativa. Demonstrar as características de uma boa escuta : adotar os comportamentos verbais e não verbais seguintes :

Comportamentos não verbais :

- Manter o contato ocular
- Sinais afirmativos da cabeça
- Ligera inclinação em direção ao interlocutor, em sinal de escuta
- Sorriso ou tapa amical nas costas

Comportamentos verbais :

- Pedir um esclarecimento para confirmar uma boa compreensão
- Indicação de interesse
- Validação dos sentimentos do interlocutor (por exemplo : “Eu compreendo o que você sente”)
- Validação das ideias do interlocutor (por exemplo : “Sim, com certeza. ”)
- Ausência de comentários que dá ao interlocutor a impressão de ser incompetente
- Agradecimentos do interlocutor para compartilhar o que ele/ela está dizendo



MÊS 4 :
FICHA DE ATIVIDADE 8 :
MINHA COMUNIDADE
COMUNICAÇÃO (2)

DATA :
DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Treinar os adolescentes a prática da comunicação afirmativa
 - Ensinar aos adolescentes a melhorar suas aptidões de comunicação sobre situações difíceis

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo « Telefone sem fio »	Numa roda de muitas pessoas, o primeiro inventa secretamente uma palavra e fala - sem que ninguém mais ouça - nos ouvidos do próximo (à direita ou à esquerda). Assim, o próximo fala para o próximo e assim por diante até chegar ao último. Quando a corrente chegar ao último esse deve falar o que ouviu em voz alta. + Debate : qual é o resultado ? Porquê ?	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre os tipos de comunicação e a escuta ativa	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a última oficina.	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Comunicação afirmativa	O animador introduz a ideia de comunicação afirmativa (ver definição no anexo 1) : as vezes, é difícil dizer claramente o que nós queremos ou o que não queremos. Também é difícil se defender quando há abuso de direitos. Para isto, é bom aprender a se comunicar de maneira respeitosa, mas assertiva. + Convidar alguns voluntários a apresentar alguma situação onde foi difícil se expressar.	
Exercicio de perguntas e respostas assertivas	O animador lê uma série de questões (ver no anexo 2). A você de encontrar a resposta assertiva adequada. exemplo de pergunta : Por que eu deveria votar em você ? exemplo de resposta assertiva : - Eu penso que eu sou o(a) candidato(a) mais qualificado(a) para se tornar presidente(a) da associação. - Eu espero poder contar com o seu apoio Cada adolescente vai escrever no caderno uma resposta firme e assertiva, mas não agressiva, para cada pergunta que o animador vai ler. + Reflexão : ► Foi difícil responder as perguntas ? Como eu me sinto ? ► É mais difícil para uma garota ?	60 min

Intervalo	Jogo	15 min
4. Exercício prático : Como se comunicar durante decisões difíceis ? Teatro	Escuta ativa Chuva de ideias sobre as questões seguintes : - É fácil falar de sexo com seu namorado/sua namorada ? - Por que é importante saber se comunicar durante questões de saúde sexual ? Dividir os adolescentes em 4 casais e 4 pequenos grupos. 8 adolescentes (4 casais) vão preparar uma cena de 1 minuto para ilustrar a comunicação assertiva. Os outros adolescentes vão criar 4 grupos para desenhar cartazes que representam, cada vez, 3 maneiras de começar uma conversa difícil. + Distribuir as cenas aos 4 casais e 4 grupos (ver no anexo 2). Prever um tempo para a preparação dos esboços. + Restituição de cada grupo. + Debate : ► Por que é mais difícil se defender numa situação quando a outra pessoa ocupa uma posição mais elevada ou com mais poder ? ► Como podemos nos preparar para uma conversa difícil sobre a sexualidade ? Nós podemos repetir ou escrever uma conversa, por exemplo. Não esquecer que você tem o direito de dizer sim ou não.	60 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	15 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre comunicação (2).	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + lápis + marcadores

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES :

1. Definição da comunicação afirmativa
2. Exercício “conjunto de perguntas – respostas assertivas”
3. Cenas

EM CASA :

Se expressar de maneira mais assertiva nos próximos dias. Como você se sente ? Como o outro te recebe ?

1. Definição da comunicação afirmativa

Uma comunicação afirmativa implica dois tipos de respeito :

- O respeito de si : o que eu penso, o que eu sinto e como eu vejo a situação.
- O respeito ao outro : estou pronto para escutar e tentar entender o que você pensa, o que você sente e como você vê a situação.

Se você põe em prática este princípio, tuas relações com os outros serão felizes e harmoniosas.

Para todo conflito, só existe uma solução : a comunicação !

2. Exercício “conjunto de perguntas – respostas assertivas”

O animador lê as perguntas ou frases seguintes, uma após a outra, e os adolescentes escrevem no caderno, para cada pergunta, uma resposta firme e assertiva, mas não agressiva.

- 1/ Eu posso copiar as tuas perguntas durante a prova ? O professor não saberá de nada !
- 2/ Diga a seu pai que você continuará os seus estudos o ano que vem, contra a vontade dele.
- 3/ Por que você não gosta de esportes ?
- 4/ Venha conosco atrás da fábrica velha. A polícia nunca vai lá !
- 5/ Eu sou o prefeito. Eu ouvi dizer que vocês gostariam de utilizar um espaço municipal para o clube depois da escola.
- 6/ Se você pode convencer dois de seus amigos a trabalhar com vocês, será possível realizar uma pintura no muro (Compartilhar a sua resposta com um amigo).
- 7/ Nós vamos passear. Onde poderíamos ir ?
- 8/ Vai chegar um garoto de uma outra sala. Vamos dar um chute nele, voce concorda ?
- 9/ Pensem numa situação onde é difícil se expressar (por exemplo, negociar com seus pais). Escrevam o que vocês poderiam dizer nesta situação.

Respostas às perguntas são propostas para o caso onde os adolescentes não conseguem encontrar uma resposta adequada.

Exemplo de resposta 1 : Desculpa, mas não é uma boa ideia de compartilhar nossas respostas

Exemplo de resposta 2 : Papai, eu respeito a tua opinião, mas é muito importante para mim continuar a estudar. Eu gostaria de te dar os meus motivos.

Exemplo de resposta 3 : Cada um tem seus gostos. Eu gosto de ler e escutar músicas.

Exemplo de resposta 5 : Sim, Senhor Prefeito. Nós somos um grupo responsável e nós respeitaremos este espaço. O Senhor gostaria de uma apresentação dos nossos projetos ?

Exemplo de resposta 6 : Nós temos a permissão de pintar no muro se dois outros adolescentes se juntar à nós. Vocês estão interessados ?

Exemplo de resposta 7 : Nós gostaríamos de ir ao centro da cidade. Eu acho que seria igualmente interessante para os outros ir.

Exemplo de resposta 8 : Deixem ele em paz ! Ele não fez nada

3. Cenas

Cena 1 : Casal menino e menina 1

Apresentar uma conversa de um minuto sobre a prevenção de uma infecção. A pessoa « A » aborda a pessoa « B », mas a pessoa « B » mais velha, não quer cooperar. Atribuir os papéis como você os desejar.

Nós vamos interpretar a cena duas vezes :

- (1) Na 1ª vez, a pessoa « A » explica, mas não insiste.
- (2) Na 2ª vez, recomeçar a cena mostrando, desta vez, como a pessoa « A » pode insistir e continuar a conversa.

► **Cartaz 1 : Como falar de uma infecção.**

Criar um cartaz que apresenta uma maneira de começar uma conversa.

Cena 2 : Casal menino e menina 2

A pessoa « A » começa uma conversa sobre a prevenção da gravidez. A pessoa « B » deseja uma criança e se opõe a ideia da contracepção. Atribuir os papéis como você os desejar.

Nós vamos interpretar a cena duas vezes :

- (1) Na 1ª vez, a pessoa « A » aceita não utilizar o preservativo.
- (2) Na 2ª vez, recomeçar a cena mostrando desta vez como a pessoa « A » pode insistir e continuar a conversa.

► **Cartaz 2 : Como dizer a um parceiro íntimo que você deseja ter relações sexuais.**

Criar um cartaz que apresente uma maneira de começar uma conversa. Vocês podem também ilustrar um cartaz de 2 pessoas em plena conversa sobre o tema.

Cena 3 : Casal menino e menina 3

As pessoas « A » e « B » vão à escola juntos. A pessoa « A » abraça sempre a pessoa « B » no trajeto da escola. Atribuir os papéis como você os desejar.

Nós vamos interpretar a cena duas vezes :

- (1) Na 1ª vez, a pessoa « B » não gosta, mas não diz nada.
- (2) Na 2ª vez, recomeçar a cena mostrando desta vez que a pessoa « B » pode reagir de maneira assertiva.

► **Cartaz 3 : como uma pessoa pode começar uma conversa para revelar abusos sexuais à uma pessoa de confiança.**

Criar um cartaz que apresente uma maneira de começar uma conversa. Você pode também ilustrar o cartaz de duas pessoas em plena conversa sobre esse tema.

Cena 4 : Casal menino e menina 4

A pessoa « A » (um homem que ocupa uma posição de líder no centro comunitário) abraça uma garota, pessoa « B » que está chegando no centro.

Nós iremos interpretar a cena duas vezes:

- (2) Na 1ª vez, a pessoa « B » não aprecia, mas não reage.
- (3) Na 2ª vez, recomeçar a cena mostrando desta vez como a pessoa « B » pode reagir de maneira assertiva.*

► **Cartaz 4 : como uma pessoa pode dizer a um parceiro íntimo que ela deseja continuar a relação, mas que ela não está confortável com as relações sexuais.**

Criar um cartaz que apresente uma maneira de começar uma conversa. Você pode ilustrar também um cartaz de duas pessoas em plena conversa sobre o tema.

MÊS 4 : MINHA COMUNIDADE

FICHA DE ATIVIDADE 9 : INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Sensibilizar os jovens sobre a importância da inteligência emocional
- Trabalhar a consciência de si mesmo dos jovens
- Ensinar os jovens a escutar o outro, procurar soluções e cooperar

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo	O dado das emoções (Cf. Anexo 2)	30 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a comunicação	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre a comunicação.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : O que é a inteligência emocional ?	Conto : “o diamante roubado” O animador introduz a sessão pela leitura do conto em anexo 3. Um jovem voluntário pode ler também o conto em voz alta. + Debate : Como o príncipe resolveu o problema ?	30 min
4. Exercício prático : As 8 inteligências Teste	O animador apresenta e explica os diferentes tipos de inteligência no anexo 4 insistindo sobre o fato que cada um possui todas as formas de inteligência. Teste « as inteligências múltiplas » Num primeiro momento : distribuir o teste do anexo 5 para cada jovem. Cada jovem responde às perguntas. Num segundo momento : distribuir a grade de análise e os lápis de cor para que cada jovem possa identificar e desenhar seu perfil de « inteligência ». + Restituição : Alguns voluntários são convidados a apresentar o seu perfil.	60 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação do próximo mês « meu projeto de vida ».	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- O dado das emoções (preparar antes da oficina)
- Lápis de cor

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição : O que é a inteligência emocional ?
2. Conto « o diamante roubado »
3. As 8 inteligências
4. Teste “minhas inteligências múltiplas” (para distribuir aos jovens)

1. Definição : o que é a inteligência emocional ?

A inteligência emocional (IE) é a capacidade de um indivíduo identificar, acessar e controlar suas emoções, as dos outros e de um grupo. É um conceito notadamente popularizado pelo escritor e psicólogo americano Daniel Goleman.

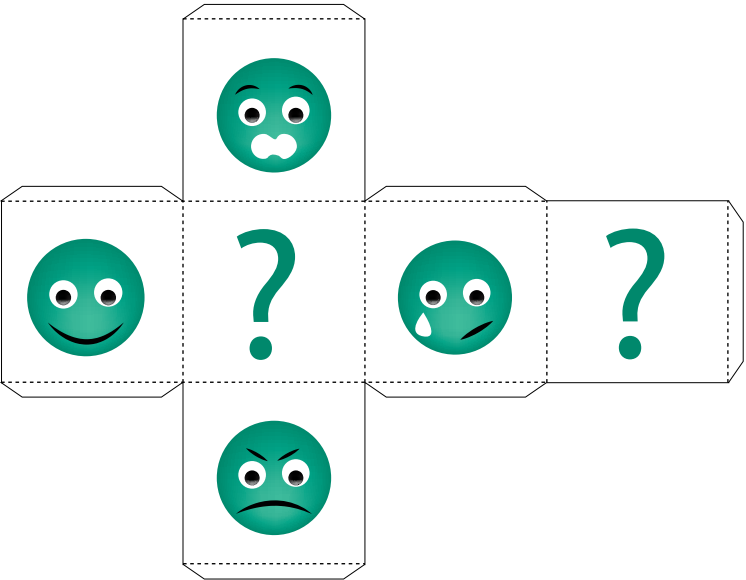
Objetivos :

- Desenvolver as competências intrapessoais - Reconhecer e compreender a gama das emoções - Identificar as emoções em todas as circunstâncias - Controlar as emoções perturbadoras.
- Desenvolver as competências interpessoais - Reconhecer as emoções dos outros - Respeitar as diferenças e as contradições - Saber enfrentar emoções fortes - Expressar seus credos e seus sentimentos.
- Desenvolver as competências de adaptabilidade - Amenizar a desconfiança habitual diante dos outros - Autoregular suas emoções proporcionalmente às situações - Se engajar em atividades que necessitam das relações intrapessoais de ordem diferente - Cultivar um otimismo benéfico.

A inteligência emocional é importante para o bem estar individual, para as relações em casal, em família e em amigos.

2. Jogo quebra gelo no começo do encontro : o dado das emoções

► Dado para preparar com uma emoção em cada face antes da oficina.



Material :

- Um cubo onde foi colado em quatro faces os pictogramas que ilustram as emoções seguintes : o medo, a tristeza, a colera e a alegria. Nas duas outras faces do cubo foram coladas pontos de interrogação.

Desenvolvimento da atividade :

Os jovens se sentam em círculos. Cada adolescente joga o dado, um por vez, identificando, num primeiro momento, a emoção ilustrada e depois, ele relata um evento onde sentiu isto. Se o dado marca a interrogação, o jovem faz a mímica com expressão facial de uma emoção da sua escolha que os seus pares vão tentar adivinhar. Ele conta também um momento que o fez viver essa emoção.

Esta atividade permite a introdução de diferentes tipos de emoções.

3. Conto : « o diamante roubado »

Há muito muito tempo, um príncipe de 20 anos, vivia num castelo imenso, numa ilha afastada. Desde a sua infância ele começou a desenvolver os diversos aspectos da sua inteligência. Ele tinha aprendido a compor poemas e músicas, a tocar vários instrumentos de música ; ele sabia dançar, contar e ser útil em todos os tipos de circunstância.

Um belo dia, um velho sábio chega no castelo e pede para ver o rei e a rainha. Ele revela então o que segue : « Um diamante de um valor inestimável está escondido num reino distante. Esta pedra preciosa foi roubada, já há alguns anos atrás, do tataravô da alteza. A pedra é vigiada por um monstro de três cabeças. Solicito-os de enviar o vosso filho, o príncipe, para recuperar a jóia. Eu o explicarei o caminho a seguir ». A rainha se recusa de início ao ver partir o seu filho realizar uma missão tão perigosa. Mas seu filho e o rei conseguem finalmente convencê-la. Antes da partida do seu filho, a rainha o entrega uma trouxa contendo sete presentes que ele deverá utilizar quando for necessário.



O príncipe parte então, levando consigo somente a trouxa e um cajado. Atravessa assim imensas regiões. Uma noite, quando ele descansava numa montanha, surge um bando de bandidos que o amarram e o levam ao seu chefe. Os bandidos advertem o jovem homem que ele deverá explicar claramente ao seu chefe porque ele se aventurou no território deles. Enquanto o príncipe começa a contar ao chefe o motivo da sua viagem, os bandidos caem no riso! Continuando a rir, eles dizem ao jovem homem que o chefe deles é surdo e que ele não entende a explicação dele, então sem condições de explicar! O príncipe, sem demora, desfaz a sua trouxa e tira uma prateleira de ardósia e um giz. Muito rapidamente, o chefe entende o que o príncipe explica. Muito impressionado pela sua inteligência (**inteligência linguística**), o chefe dos bandidos oferece-lhe um abrigo e comida.

No dia seguinte, o príncipe retoma a sua caminha sem parar durante semanas inteiras antes de chegar ao litoral no mar. A única maneira de atravessar este mar é chegando no único barco ancorado no porto e convencendo o capitão a pegá-lo como passageiro. O capitão, querendo se divertir um pouco, o diz : « Eu aceito fazê-lo atravessar este mar, mas com a condição que você possa primeiro calcular o número de grãos de areia contidos em um barril que se encontra atrás de vós. Ah! Ah! Ah! » O príncipe retira então um copo de metal da sua trouxa, ele o enche de areia e depois começa a contar os grãos de areia. Quando ele termina, ele inscreve o número de grãos de areia que contém no copo. Ele se põe a contar em seguida quantos copos de areia tem no barril. Finalmente, ele multiplica o número de copos de areia que contém o barril pelo número de grãos de areia contidos em um copo e comunica a resposta ao capitão. O capitão, surpreendido pela sua **inteligência matemática**, o convida a atravessar o mar com ele.

Chegando ao porto, na margem oposta, o príncipe segue o seu caminho. Um dia, quando ele atravessava um pequeno país, ele encontra um gigante triste. Ele o recebe bem e lhe oferece comida para continuar o seu caminho. O príncipe deseja realmente agradecer ao gigante. Mas como? Ele pensa que ele deve encontrar um meio para alegrá-lo e incentivá-lo a viver. Ele então pega na sua trouxa uma flauta e bolas para manipular. Ele ensina em seguida às dezesseis crianças do gigante a tocar música, a dançar e a manipular as bolas (**inteligência musical, inteligência corporal**). Pouco a pouco, constatando a felicidade comunicativa das suas crianças, o gigante retoma a felicidade pela vida e recomeçar a rir com gosto pela vida.

Seguindo o seu caminho, o príncipe é capturado de repente pelos cavaleiros de um rei muito ruim e malvado. Levado ao rei, este lança um desafio para o príncipe : « Se você consegue encantar os sábios da minha corte, eu deixo você ir embora, senão apodrecerás em um calabouço » O príncipe retira uma lupa da sua mochila e ele procura elementos naturais que seriam surpreendentes para os cientistas. Ele passeia durante vários dias na floresta do rei e traz tesouros bem simples, mas que surpreende os sábios do rei : areia cintilante, insetos e borboletas raras, esculturas naturais bem como outros elementos os quais o príncipe soube reconhecer sua beleza graças às suas inteligências visual e naturalista. O rei, achando-o muito inteligente, o deixa partir dando até mesmo informações importantes para alcançar o seu objetivo.

Seguindo os conselhos do rei, o príncipe chega um dia na frente de uma fortaleza sem porta onde os muros parecem inalcançáveis. Enquanto o príncipe se perguntava se ele poderia entrar na fortaleza, ele percebe uma velinha curvada sob o peso da lenha que ela leva nas costas. Ele dá a ela então a sua bengala, o que alivia a sua carga, transportando ele mesmo a madeira até a sua casa (**inteligência interpessoal**). A velinha apresenta então a sua filha ao príncipe. Esta jovem maravilhosa o acolhe com bastante alegria. Seus longos cabelos encaracolados e seus olhos de safira enfeitiçam imediatamente o príncipe!

Desejando declarar a ela o seu amor, ele retira uma faca de esculpir da sua trouxa e depois esculpe um coração em uma peça de madeira. No coração, ele grava um breve poema de amor (**inteligência corporal e inteligência linguística**) e depois ele entrega este presente à jovem.

Depois de alguns meses de encontros, os dois se casam. Contudo, o príncipe continua com a idéia de recuperar o diamante roubado. A velinha o diz que ela pode ajudá-lo a penetrar na fortaleza. Ela o previne, entretanto, que ninguém jamais conseguiu sair de lá, pois a fortaleza é cheia de labirintos. O príncipe a conforta e diz que ele saberá encontrar o seu caminho de volta, pois ele anotará na sua ardósia todas as direções que ele penetrará.

Com a ajuda das informações dadas pela velha dama, o jovem homem consegue então encontrar a entrada secreta da fortaleza. Ele anota na sua ardósia as direções que ele toma (**inteligência visual espacial**) e ele consegue assim chegar ao centro da fortaleza onde um monstro de três cabeças protege uma grande quantidade de joias. Ele retira então um espelho da sua mochila e se olha. Ele reflete sobre o objetivo da sua missão (**inteligência intrapessoal**) e avalia a situação, pois ele se pergunta se o diamante vale a pena de arriscar a sua vida. Será que ele vai abandonar? Então uma solução vem na sua cabeça. A velha dama tinha lhe dito para evitar cruzar o olhar do monstro, pois ele seria imediatamente transformado em pedra. Utilizando da astúcia, ele decide virar o espelho na direção do monstro (**inteligência dos números**). No momento onde o seu próprio olhar é refletido para ele mesmo, o monstro se encontra imediatamente transformado num montão de pedras!

O príncipe então recupera o seu diamante. Com a ajuda do seu plano, ele refaz o seu caminho no sentido inverso e consegue sair da fortaleza (**inteligência visual espacial**).

Uma vez a sua missão concluída, o príncipe volta sem dificuldade para o seu reino na companhia da sua esposa. Eles tiveram numerosos filhos que eles também aprenderam a desenvolver os diferentes aspectos da sua inteligência. Assim, bem como os seus pais, eles saberiam resolver inúmeras dificuldades ao longo de sua vida.

4. As 8 inteligências

Descrição dos oito tipos de inteligência de acordo com Howard Gardner* :

► A inteligência linguística ou verbal

A inteligência lingüística (ou verbal) consiste em utilizar a linguagem para compreender os outros e para expressar o que pensamos. Os alunos inteligentes mostram com palavras sua inteligência linguística de diversas maneiras : eles podem ser bons em leitura e na escrita, ser hábeis durante debates, discussões ou apresentações orais, gostar de aprender línguas estrangeiras, se interessar pela origem das palavras, etc. Ele tomam facilmente a palavra ou escrevem bem, contam histórias ou fatos utilizando um rico vocabulário.

As ocupações seguintes necessitam da inteligência linguística : escritor, ator, jornalista, advogado, professor de línguas, vendedor, secretário, telefonista, tradutor.

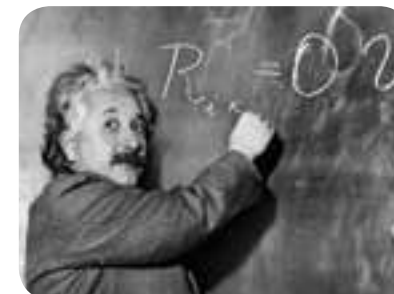
Victor Hugo dominava maravilhosamente este tipo de inteligência.

► A inteligência dos números

Pesquisadores e pesquisadoras em biologia, em informática, em medicina, em ciência ou em matemática utilizam a inteligência dos números. Esta forma de inteligência permite a análise das causas e consequências de um fenômeno, a emissão de hipóteses complexas, a manipulação dos números, a execução das operações matemáticas e a interpretação das quantidades. Einstein é representante desta forma de inteligência.

Os alunos podem demonstrar esta forma de inteligência de diversas formas ; eles podem ser bons em cálculos, com o estudo dos dados, a elaboração de hipóteses, a análise, a avaliação, a síntese, o raciocínio lógico.

*Celebridade americana, nascido em 1943 e pai da teoria das inteligências múltiplas.



► A inteligência musical

A inteligência musical é a capacidade de pensar em ritmos e em melodias, de reconhecer modelos musicais, de memorizá-los, de interpretá-los, de criar, de ser sensível à musicalidade das palavras e das frases... Mozart é um bom exemplo desta forma de inteligência.

Os alunos demonstram que eles são inteligentes com a música quando eles escutam, sabem apreciar e compreender diferentes tipos de música e de ritmos; quando eles compreendem a linguagem da música (símbolos e termos musicais); quando eles são sensíveis à tonalidade, ao tom, à harmonia, ao ritmo dos sons das peças musicais, de poemas, da palavra; quando eles tocam um instrumento de música ou cantam; quando eles criam música. Estes alunos aprendem melhor utilizando o ritmo, produzindo som, ou num meio onde recorremos à música como fonte de inspiração, para alimentar a alma ou para criar um clima de paz.



► A inteligência visual espacial

A inteligência espacial permite ao indivíduo utilizar capacidades intelectuais específicas que proporcionam a possibilidade de se fazer, mentalmente, uma representação espacial do mundo. Os Ameríndios viajam na floresta com a ajuda da sua representação mental do local. Eles visualizam pontos de referência : fontes de água, lagos, tipo de vegetação, montanhas... e servem para avançar ; navegadores autóctones fazem o mesmo e navegam sem instrumentos em algumas ilhas do Pacífico.

Os geógrafos, os pintores, os desenhistas de moda, os arquitetos, os fotógrafos, os câmeras utilizam o potencial intelectual. O arquiteto Le Corbusier é um bom exemplo.



► A inteligência corporal

A inteligência corporal é a capacidade de utilizar seu corpo ou uma parte do seu corpo para se comunicar ou se expressar na vida cotidiana ou em um contexto artístico ; para realizar tarefas envolvendo a função motora fina ; para aprender a manusear objetos ; para fazer exercícios físicos ou praticar esportes.

Os alunos são inteligentes com o seu corpo quando eles demonstram uma boa coordenação, utilizam os gestos e a linguagem corporal, recolhem os objetos e os consertam, fazem teatro ou encenações, dançam, praticam esportes ou artes marciais. Eles pensam em movimento, em gestos, em linguagem corporal.



► A inteligência naturalista

A inteligência naturalista é a inteligência do ameríndio, do biólogo, do botanista, do ecologista, do oceanógrafo, do zoólogo, do explorador, do caçador, do pescador e do chefe de cozinha. O indivíduo é capaz de classificar, de reconhecer e de utilizar seus conhecimentos sobre o meio ambiente natural, os animais, os vegetais ou os minerais. Ele tem uma preocupação de conservação ambiental. Os povos indígenas utilizam esta forma de inteligência de maneira excepcional.



► A inteligência interpessoal ou social

A inteligência interpessoal (ou social) permite ao indivíduo de agir e reagir com os outros de maneira correta. Esta forma de inteligência permite resolver problemas ligados as relações com os outros ; ela permite compreender e gerar soluções valáveis para ajudar os outros. Ela é característica dos líderes e dos organizadores.

Dentre as profissões que fazem uso da inteligência interpessoal existe : diretor de empresa, trabalhador social, psicólogo, consultor de relações humanas, diplomata, repórter, mediador, policial, árbitro, treinador, professor, político, ator, animador, entrevistador, vendedor, recepcionista, agente de viagens, garçom.



Madre Tereza utilizava sua inteligência interpessoal excepcionalmente.

► A inteligência intrapessoal

A inteligência intrapessoal é a aptidão de fazer a introspecção, isto é, ir para dentro de si mesmo, de identificar seus sentimentos, de analisar seus pensamentos, seus comportamentos e suas emoções. Esta forma de inteligência permite compreender a si mesmo, ver o que somos capazes de fazer, constatar os seus limites e suas forças, identificar os seus desejos, seus sonhos e compreender suas reações.

Esta forma de inteligência permite a resolução de problemas ligados a nossa personalidade e de trabalhar si mesmo. Ela funciona em estreita relação com a inteligência interpessoal, pois para funcionar bem com os outros, é preciso estar consciente de suas próprias emoções e saber controlá-las.

O aluno demonstra que é inteligente com ele mesmo quando tem um bom conhecimento de si mesmo ; quando é consciente das suas forças e das suas fraquezas, das suas emoções e dos seus sentimentos, dos seus valores e das suas crenças ; quando gosta ter tempo para ele pensar e refletir ; quando é capaz de estabelecer objetivos e alcançá-los.

Goleman, autor de "A inteligência emocional" é um exemplo deste tipo de inteligência.



Lembre-se :

- Cada pessoa possui todas as formas de inteligência.
- Você pode desenvolver mais alguma das inteligências.
- Este pequeno teste dá uma imagem do teu perfil agora; teu perfil pode mudar.
- As inteligências múltiplas têm como objetivo ajudar cada um a reconhecer seus recursos e estimular cada um a continuar o seu desenvolvimento; elas não existem para etiquetar



Elemento chave para se lembrar

► Todo mundo possui as 8 formas de inteligência

5. Teste « minhas múltiplas inteligências »

Leia cada enunciado e circule o número correspondente a sua personalidade, aos teus interesses e as tuas habilidades. Você deve responder espontaneamente. Em seguida, para conhecer o seu perfil, complete o quadro em anexo.

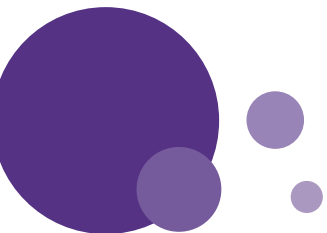
- 1. Eu leio muito.
- 2. Eu gosto de utilizar a calculadora, uma planilha eletrônica ou um programa de base de dados no computador.
- 3. Eu toco ou gostaria de tocar um instrumento de música.
- 4. Quando eu leio, eu prefiro as ilustrações e eu lembro facilmente delas no pensamento.
- 5. Eu gosto de trabalhar com os outros e estar com os outros.
- 6. Eu preciso me movimentar.
- 7. Eu trabalho melhor sozinho que com as outras pessoas.
- 8. Eu gosto de aprender coisas novas sobre a natureza.
- 9. Eu sou autônoma e eu sou motivada.
- 10. Eu marco o tempo com meu corpo quando eu escuto uma música.
- 11. Eu percebo facilmente os sentimentos dos outros.
- 12. Eu vejo imagens na minha cabeça quando eu penso em alguma coisa.
- 13. Eu cantarolo com frequência uma música (ou uma melodia) na minha cabeça ou em voz alta.
- 14. Eu gosto que minhas coisas estejam organizadas.
- 15. Eu gosto de fazer palavras cruzadas ou jogar Scrabble.
- 16. Eu adoro os animais (cachorros, gatos, hamsters, esquilos, pássaros...).
- 17. Eu conto rapidamente na minha cabeça.
- 18. Eu me lembro facilmente do ritmo ou da música das publicidades.
- 19. Eu leio mapas, quadros e diagramas sem dificuldade.
- 20. Eu tenho muitos amigos (as). Eu sou popular.
- 21. Eu me mexo ou bato com os pés quando eu estou sentada muito tempo.
- 22. Eu sou capaz de ter as minhas próprias opiniões.
- 23. Eu me preocupo com o meio ambiente nos meus gestos cotidianos (reciclagem, uso dos recursos naturais).
- 24. Eu gosto de contar histórias ou fazer palavras cruzadas.
- 25. Eu passo muito tempo fora; eu gosto do ar livre.
- 26. Eu escrevo e eu redijo melhor do que a média.
- 27. Eu gosto de fazer experiências científicas.
- 28. Eu sou capaz de sentir profundamente as minhas emoções.
- 29. Eu tenho facilidade com trabalhos manuais; eu gosto de trabalhar com as minhas mãos.
- 30. Eu gosto de escutar música freqüentemente.
- 31. Eu tenho um bom senso de observação.
- 32. Eu compartilho, eu ajudo os outros facilmente.
- 33. Eu tenho facilidade em escutar explicações ou ler textos de informação.

- 34. Eu tenho dificuldade em me concentrar sobre um trabalho quando eu escuto radio ou televisão.
- 35. Eu adoro desenhar ou rabiscar desenhos.
- 36. Eu gesticulo bastante falando.
- 37. Eu gosto de reconhecer ou classificar plantas, animais, insetos, conchas ou rochas.
- 38. Eu reflito bastante sobre os funcionamentos dos objetos; ou sobre as causas de um fenômeno ou de um acontecimento.
- 39. Eu posso imitar os gestos, os modos e os comportamentos de outras pessoas.
- 40. Eu sou consciente das minhas forças e das minhas fraquezas.
- 41. Eu me expresso com um vocabulário rico.
- 42. Eu tenho habilidade nos jogos de estratégia (xadrez, damas, ...).
- 43. Eu organizo atividades com meus amigos (as).
- 44. Eu adoro fazer quebra cabeças, jogos de labirinto e de construção.
- 45. Eu sou capaz de escutar música na minha cabeça.
- 46. Eu tenho um bom senso de coordenação (ex. em esporte, em dança, em teatro...).
- 47. Eu preciso de um espaço para mim.
- 48. Eu me sinto bem na natureza.
- 49. Eu gosto de cassar e de pescar, ou de caminhar na floresta.
- 50. Eu gosto de escrever um diário, expressar meus sentimentos nos meus poemas ou praticar alguns passatempos sozinho (a).
- 51. Eu tenho habilidade em vários esportes ou atividades físicas.
- 52. Eu falo facilmente com as pessoas que eu não conheço.
- 53. Eu escuto vários tipos de música.
- 54. Eu tenho facilidade em resolver problemas.
- 55. Eu gosto de inventar e escrever histórias.
- 56. Eu me oriento facilmente em um novo bairro.
- 57. Eu sou membro de uma equipe esportiva ou de um clube social.
- 58. Eu gosto de ver filmes e ver fotos.
- 59. Eu presto atenção nos barulhos e nos sons.
- 60. Eu gosto de tocar as coisas.
- 61. Eu tenho projetos pessoais.
- 62. Me ajuda bastante em ter um percurso etapa por etapa quando eu faço alguma coisa.
- 63. Eu gosto de colecionar figurinhas de esporte, identificar modelos de carros ou marcas de roupas.
- 64. Eu aprendo melhor quando a pessoa que quer me mostrar alguma coisa diz com palavras o que ela faz.

NOME : GRUPO : DATA :

Pinte os ícones que correspondem aos números que você circulo no questionário. Quando você terminar, você terá uma ilustração das suas inteligências :

L		LM		S		M		K		INTER		INTRA		N	
	64		62		58		59		60		57		61		63
	55		54		56		53		51		52		50		49
	41		42		44		45		46		43		47		48
	33		38		35		34		36		39		40		37
	26		27		31		30		29		32		28		25
	24		17		19		18		21		20		22		23
	15		14		12		13		10		11		9		16
	1		2		4		3		6		5		7		8



MÊS 5 :

MEU PROJETO DE VIDA

FICHA DE ATIVIDADE 1 : O ADOLESCENTE, ATOR DE MUDANÇA?

DATA :

DURAÇÃO : 3H

OBJETIVOS :

- Os jovens realizem que eles podem mudar o mundo no qual vivem e ser ator de mudança na sua comunidade.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do manual.	10 min
1. Recapitulação sobre a última oficina « inteligência emocional »	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre “inteligência emocional”.	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Quais são as pessoas que te inspiram ?	Convidar voluntários a falar sobre personalidades que os inspiram. Pode ser personalidades conhecidas dentro da comunidade, do país, ou até mesmo internacional.	30 min
Escolher uma citação sobre o ativismo !	Dividir os adolescentes em pequenos grupos. Cada grupo deve identificar a citação que mais lhe inspira dentre as citações de personalidades que fizeram a diferença através do mundo. (Ver anexo 2). Cada grupo deve depois refletir sobre as perguntas seguintes : ► Qual é a mensagem por traz da citação ? ► Porque você a escolheu ? ► O que ela representa na sua vida ? Os jovens podem escrever suas respostas, desenhar ou até mesmo elaborar pequenas peças de teatro. + Apresentação das reflexões por um porta-voz de cada grupo.	60 min
4. Exercício prático : Uma causa que me toca profundamente	Em grupos de 2, os jovens identificam uma causa que lhes toca profundamente (Ver anexo 3) ou escolhem uma outra que parece importante. Depois, em grupo de 2, vão discutir e compartilhar opiniões sobre as perguntas seguintes : ► O que é importante na causa escolhida ► Porque eu escolhi esta causa ? ► Eu tenho uma história para contar ? Importante prestar atenção se os jovens se escutam uns aos outros e têm um diálogo respeitoso.	40 min

Ação	Cada grupo estabelece depois um plano de ação para avançar na causa que lhe toca : o que podemos fazer para fazer evoluir a minha causa ? + Apresentação das respostas de 2 jovens às perguntas e do plano de ação.	
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da proxima oficina sobre « o projeto de vida ».	Apresentado pelo animador.	5 min

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores
- Cartas com as citações

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição
2. Jogo das citações sobre o ativismo
3. Uma causa que me toca profundamente

CONTINUIDADE DA OFICINA :

► Propor aos jovens que são voluntários fazer 3h de voluntariado na comunidade em uma ação da escolha deles : plantar árvores/limpar a escola... com a colaboração das associações locais.

1. Definição

Ativismo : prática que preconiza a ação direta e privilegia a eficácia.

Voluntariado : atividade não remunerada e livremente escolhida que se exerce em geral dentro de uma instituição sem objetivo lucrativo (associação, ONG ou estrutura pública). Aquele ou aquela que exerce o voluntariado é chamado « voluntário », que significa « boa vontade ».

► Se sentir útil e fazer alguma coisa pelo outro é a motivação dos voluntários, e isto se aplica em diversos domínios tais como o esporte, a cultura, o lazer, o humanitário, a saúde, a ação social, a defesa dos direitos humanos, a proteção do meio ambiente e da biodiversidade ou ainda a educação.

Justiça social : construção moral e política que visa a igualdade dos direitos e a solidariedade coletiva.

► Para uma sociedade mais justa.

2. Jogo das citações sobre o ativismo

► Reproduzir as citações nas cartas antes da oficina.

Citação 1 : *"Seja a mudança que você quer ver no mundo".*

•**Gandhi**, « pai da nação indiana ». Gandhi originou a desobediência civil pacífica, que levou à Independência da Índia e inspirou os movimentos de direitos civis e a liberdade no mundo inteiro.

Citação 2 : *"A responsabilidade não é unicamente dos dirigentes dos nossos países ou de quem nós colocamos no poder ou elegemos para assumir tal ou tal função. Ela pertence a cada um de nós, individualmente".*

•**Dalai-Lama**, chefe espiritual do budismo tibetano e ativista pela autonomia do Tibet.

Citação 3 : *"Nunca duvide que um pequeno número de pessoas decididas possa mudar o mundo. Na verdade, é sempre assim que o mundo mudou".*

•**Margaret Mead**, antropóloga americana.

Citação 4 : *"Quém quer fazer alguma coisa encontra um meio, quem não quer fazer nada, encontra uma desculpa"* (Proverbo árabe)

Citação 5 : *"O mundo é perigoso de se viver! Não tanto por causa daqueles que fazem o mal, mas por causa daqueles que olham e deixam fazer".*

•**Einstein**, prêmio Nobel de física ; ele também militou contra os experimentos nucleares e o racismo.

Citação 6 : *"A injustiça em algum lugar é uma ameaça à justiça em todos os lugares. Nós estamos todos presos em uma rede inextricável de mutualidade, tecida na mesma tela do destino. O que afeta diretamente uns afeta indiretamente os outros".*

•**Martin Luther King**, líder mais conhecido do movimento para os direitos civis nos Estados-Unidos. Defensor da não violência, ativista do tratamento igual de todas as raças e mais jovem laureado do Prêmio Nobel da paz.

Citação 7 : *"São as pequenas coisas que fazem a diferença. Eu planto árvores."*

•**Wangari Maathai**, militante ecologista, feminista e política kenyana. Fundadora do 'Green Belt Movement' e laureada do Prêmio Nobel da Paz em 2004 (primeira mulher africana a ter recebido o prêmio). Ela também foi eleita no parlamento keniano.

Citation 8 : *"....."*

Agora é com você! Encontre uma citação de um homem ou de uma mulher conhecida do teu país ou comunidade!

3. Um fato que me toca profundamente

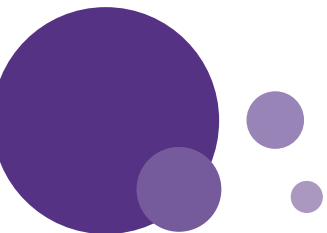
- 1/ A violência contra as mulheres e as meninas é muito difundida e até mesmo aceita.
- 2/ A proteção da biodiversidade e do meio ambiente.
- 3/ As meninas não têm a mesma sorte que seus irmãos de ir à escola.
- 4/ Ver a paz invadir o meu país e todos os continentes.
- 5/ Os meninos e as meninas não são tratados igualmente em casa.
- 6/ Os membros da comunidade não entendem suficientemente o problema da desigualdade de gênero.
- 7/ Denunciar e combater as injustiças.
- 8/ É difícil ter acesso à preservativos.
- 9/ Muitas pessoas ignoram o estado de VIH.
- 10/ Muitas meninas são casadas enquanto ainda são crianças.
- 11/ A mutilação genital das meninas se pratica todos os dias.
- 12/ O estupro é muito frequente e até mesmo tolerado.
- 13/ O respeito dos direitos de cada um.
- 14/ Os homossexuais quase nunca são tratados com dignidade.
- 15/ Muitos jovens, em particular as meninas, não pensam que elas têm o direito de insistir no uso do preservativo.
- 16/ As pessoas vivendo com o HIV e a AIDS não recebem apoio e respeito suficiente.
- 17/ Muitas crianças no mundo sofrem de mau trato.
- 18/ Muitas crianças devem trabalhar duro e não tem direito a infância.
- 19/ OUTRO : Agora é com você! Existe outro fato que te toca profundamente ?



- Torna-te ator de mudança no teu bairro !**
- Além disso, as mudanças são contagiosas : a mudança leva à mudança.**
- Não esqueça que é importante « começar devagar ».**

Exemplo de ações legais

- Decidir não fazer discriminações
- Acompanhar um (a) amigo (a) em um centro de saúde
- Não ser violento com o outro
- Escutar alguém que precisa falar
- Aprender mais sobre o fato que me interessa
- Falar da minha dificuldade com os meus amigos e minha família
- Formar um pequeno grupo de ação social
- Escrever uma carta para um representante público
- Escrever um artigo para a minha comunidade
- Se unir a uma organização dedicada a uma causa que me interessa
- Organizar uma recolha de lixo ao redor da escola
- Organizar o dia das boas praticas de higiene.
- Organizar uma emissão em prol do direito da criança.



MÊS 5 :
FICHA DE ATIVIDADE 2 :

MEU PROJETO DE VIDA
ACOMPANHAMENTO DO PROJETO DE VIDA

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Informar os jovens o que é um projeto de vida.
 - Fazer os jovens refletirem sobre o seu próprio projeto de vida pessoal e profissional.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do manual.	5 min
1. Recapitulação sobre a última oficina : ado-lescente, ator de mudança	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a ultima oficina.	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles-centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Um projeto de vida, o que é ?	Importância da escolaridade no projeto de vida Chuvras de ideias com os jovens sobre a questão seguinte : ► O que é um projeto de vida ? O animador pode completar através da informação em anexo 1 & 2 e insistir sobre a importância da escolarização.	15 min 40 min
Você se conhece ?	Teste « conhecimento de si mesmo » ► Teste para distribuir para cada jovem (Anexo 4) Os jovens respondem sozinhos às perguntas. Para os jovens que têm dificuldades de escrever, prever uma alter-nativa e realizá-lo oralmente.	
4. Exercício prático : Estudo de caso de Adoum	Debate - reflexão em torno do caso de Adoum. O animador lê a história de Adoum em voz alta ou convida um voluntário a ler a história (Ver anexo 4). Em pequenos grupos, os jovens respondem as perguntas seguintes : ► Porque ADOUM muda de opinião ? ► Quais são os outros elementos que fazem ADOUM escolher a carpintaria ? ► Quem pode dar um testemunho de um jovem do seu bairro que fez como ADOUM ? ► Você mudou de opinião sobre um projeto ? + Apresentação por cada grupo das respostas às pergun-tas através de um porta voz.	30 min

Minha estrela boa (aspetos positivos)	Distribuir uma estrela para cada jovem. Cada ponta da estrela representa uma aspiração / um desejo / um sonho do jovem. No meio, o jovem escreve para cada desejo a qualidade pessoal correspondente. O jovem pode se aju-dar com as respostas do teste « conhecimento de si ». + Recapitulação : Alguns voluntários vêm apresentar a sua estrela.	40 min
Meus 3 objetivos para esse ano	Cada jovem anota no seu caderno seus 3 objetivos priori-tários do ano para alcançar um de seus maiores desejos. Exemplo : Retomar os seus estudos, visitar um centro de formação, aprender a dançar...	10 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da proxima oficina sobre a « relação com o dinheiro »	Apresentado pelo animador.	5 min

- MATERIAL NECESSARIO :
- Papel gigante + marcadores
 - Teste « conhecimento de si » (para distribuir a cada jovem)
 - Minha estrela boa (para distribuir a cada jovem)

- DOCUMENTOS DE APOIO :
1. Definição do « projeto de vida »
 2. Importância da escolarização
 3. Teste « conhecimento de si »
 4. História de Adoum
 5. Minha estrela boa

1. Definição

"Se você não sabe de onde você parte, nem onde você vai, todos os ventos te serão desfavoráveis".

Ser feliz, se realizar, dar um sentido a sua vida, passam pela elaboração de um verdadeiro projeto de vida. Seja no campo profissio-nal, familiar ou outro, o projeto de vida nos permite saber onde queremos ir, o que queremos ser e fazer, com quem e como.

O projeto de vida permite refletir sobre as expectativas, suas necessidades e suas aspirações. É uma oportunidade de expressar o seu ponto de vista, seus sonhos... O projeto de vida engloba todos os aspetos : vida profissional, lugar onde viver, vida social, engajamento humanitário, lazeres, cultura, e até mesmo vida pessoal e sonhos.

A auto realização é um equilíbrio a encontrar entre sonho e realidade. Depois de se questionar sobre o que desejamos realmente fazer na vida, é preciso se perguntar : como posso conseguir diante da realidade atual ?

► O projeto de vida é saber onde queremos ir, o que queremos nos tornar e fazer, com quem e como.

2. A importância da escolaridade

A educação escolar é um direito do homem.

A educação é um catalisador do desenvolvimento humano.

A educação permite a cada um adquirir as ferramentas e os conhecimentos necessários para entender o mundo de hoje e contribuir com ele. Ela contribui para manter os valores indispensáveis do bem estar individual e coletivo. Ela está na base de todo aprendizado da vida. Ela gera confiança e fornece competências necessárias para participar do debate público. A educação nos torna mais autônomos e mais conscientes dos nossos direitos e deveres.

A educação melhora a condição de vida.

A educação reforça a capacidade das famílias de gerenciar problemas de saúde, melhorar a alimentação e os cuidados das crianças e prever o futuro. A educação de base permite aos jovens e às mulheres dominar melhor os cuidados elementares de saúde, a alimentação e a planificação familiar, bem como as potencialidades pessoais. As mulheres educadas se casam mais tarde, têm menos filhos e têm melhor acesso aos cuidados pré-natais. **(A cada progressão de 1 % de alfabetização, a esperança de vida aumenta de 2 anos.)**

A educação favorece o desenvolvimento econômico...

A educação é um fator essencial de desenvolvimento econômico e de redução da pobreza. Ela permite ser mais produtivo, participar plenamente da vida econômica e melhorar seus rendimentos. **(Um adulto que recebeu uma educação primária ganha duas vezes mais que um adulto que não foi à escola.)**

... e favorece também a estabilidade política e a democracia.

A educação ensina os indivíduos a se comportar como cidadãos responsáveis e informados, a se fazer escutar na cena política e na sociedade, condições fundamentais para a preservação da democracia. Ela gera também os conhecimentos e a conscientização necessários para promover a tolerância e a compreensão entre os povos.

3. Teste « conhecimento de si »

► *Teste para distribuir a cada jovem*

•Como eu era quando era pequeno(a) ?

•Como eu me vejo hoje ?

•Quem eu gostaria de ser daqui à 5 ou 10 anos ?

•O que as pessoas falam de mim ?

•O que eu gosto em mim ?

•O que eu gostaria de mudar em mim ?

•Quais são as lembranças mais agradáveis da minha vida ?

•Quais são as lembranças menos agradáveis da minha vida ?

•Eu estou satisfeito(a) com a minha vida ? Porquê ?

•Você pensa ter a possibilidade de influenciar no seu futuro ? Como ?

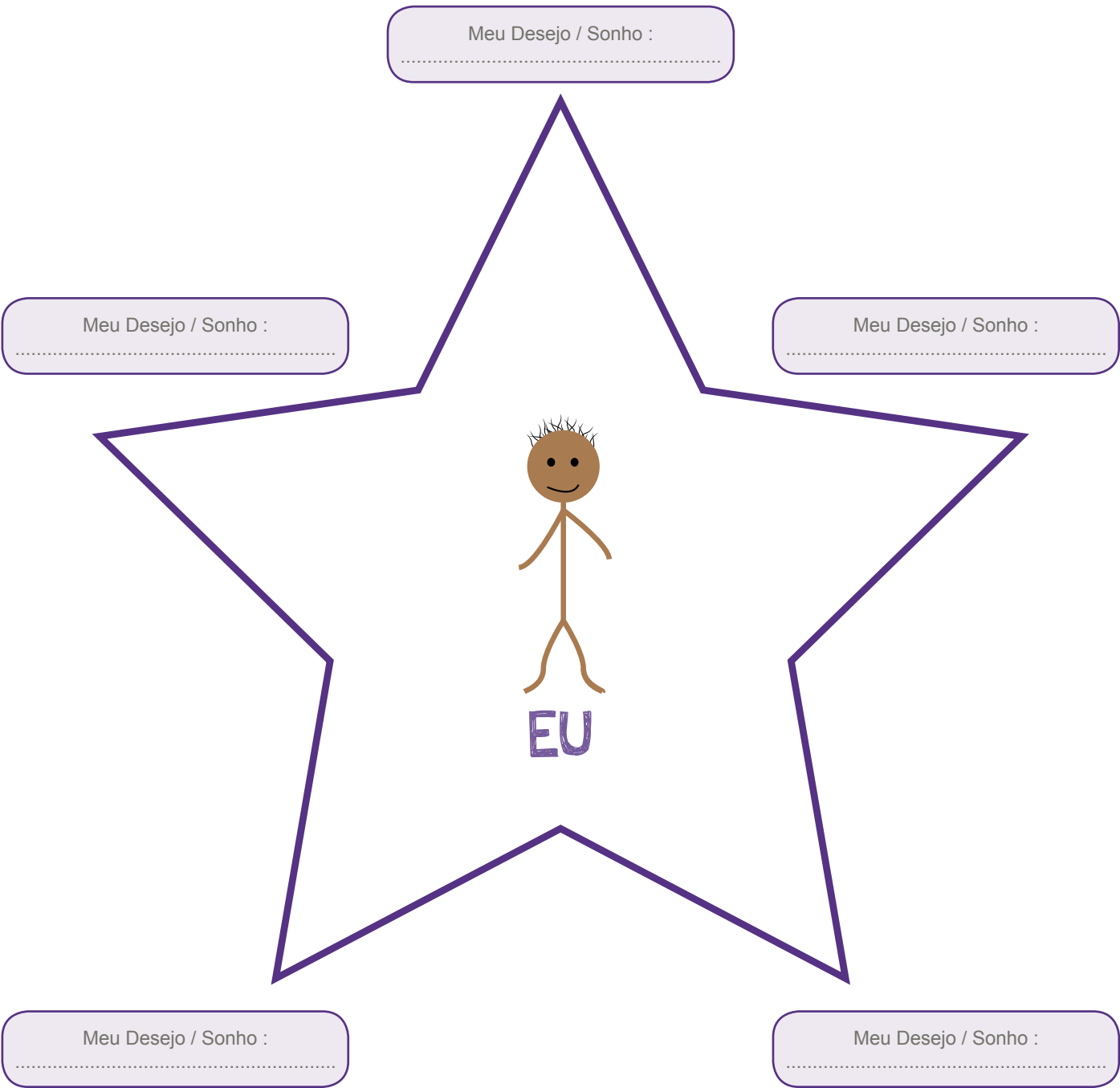
•Quais são meus sonhos ?

4. História de Adoum*

Eu me chamo Adoum. Eu tenho 19 anos e sou órfão de pai e de mãe. Eu moro com o meu tio paterno. Ele é um policial, tem uma mulher e 6 crianças, o que faz um total de 8 pessoas para sustentar. Visto minha idade e meu nível escolar, eu decidi me tornar carpinteiro. Eu aprendi essa profissão em 8 meses. Hoje, graças à minha capacidade de fazer uma escolha, eu me tornei um grande carpinteiro no meu bairro. Eu fabrico bancos, mesas, armários, cadeiras e outras coisas. Muitas pessoas gostam do meu trabalho e eu tenho clientes suficientes que vão e que vem. Eu estou muito feliz hoje, pois o dinheiro que eu ganho permite me inscrever na escola para eu evoluir e eu ajudo o meu tio, às vezes, a inscrever os seus filhos na escola.

No início, eu sonhei muito, eu queria me tornar médico ou piloto de avião. E quando eu me dei conta que era apenas um sonho, sem mais tardar eu optei pela carpintaria. E eu estou muito feliz.

*Tirado da história escrita por Moussa Traoré e Mad Yon Yvette : animadores educativos na Universidade Popular de N'Djamena no Chade.



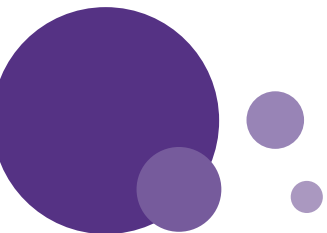
MÊS 5 : MEU PROJETO DE VIDA

FICHA DE ATIVIDADE 3 : RELAÇÃO COM O DINHEIRO

DATA : DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Cada jovem esta mais consciente da sua realação com o dinheiro.
 - Responsabilizar os jovens para a gestão do dinheiro.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra-gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do manual.	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre o « acompanhamento do projeto de vida »	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre “projeto de vida”.	10 min
2. Escolher o líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles-centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : O que é o dinheiro ?	Chuvras de ideias e debate sobre as perguntas seguintes : ► De onde vem o dinheiro ? ► Para quê serve ? ► O que podemos fazer com ele ? ► O que motiva a minha escolha ? O animador pode concluir esta sequência insistindo sobre a importância do trabalho.	30 min
Jodo de simulação	Dividir os jovens em pequenos grupos. Regras do jogo : Você ganha no jogo 10 000 € no inicio do mês. Como você vai utilizar este dinheiro ? + Apresentação de cada grupo sobre a utilização do din-heiro por um porta voz.	50 min
4. Exercício prático : Você sabe gerenciar um orçamento ?	Eu faço minhas contas O animador explica as diferentes etapas de uma boa ges-tão. (ver anexo 2). Distribuir um documento tirado de um caderno de contas para cada jovem (Ver anexo 3). O animador explica as dife-rentes colunas e pede para cada jovem preencher o quadro no mês que estão. O animador corrige os erros eventuais. + 2 ou 3 voluntários são convidados a apresentar o orça-mento mensal deles. ► O animador estimula os jovens a utilizar um caderno de contas para todas as despesas deles.	60 min



MÊS 5 :
FICHA DE ATIVIDADE 4 :

MEU PROJETO DE VIDA
ARTESANATO & AUTO-EMPREGO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Sensibilizar os jovens ao mundo do artesanato e auto-emprego
 - Estimular a reflexão sobre as possibilidades concretas de auto-emprego e os colocar em situação de auto-emprego.

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	Ver a caixa de ferramentas no fim do manual.	5 min
1. Recapitulação da última oficina sobre a « relação com o dinheiro »	Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre “relação com o dinheiro”.	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adolescentes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : O que é o auto-emprego ?	Chuvvas de ideias e debate sobre as perguntas seguintes : ► O que é o auto-emprego ? ► Você conhece exemplos de auto-emprego no bairro ? ► Você tem membros da sua família no auto-emprego ? ► Quais são as vantagens e os inconvenientes ?	40 min
Téstemunho	Convidar alguns artesãos do bairro para testemunhar sobre a sua história e o seu percurso de vida, se possível jovens, para que os adolescentes possam se identificar com eles.	30 min
4. Exercício prático : Jogo de simulação	Criação de auto-emprego Dividir os jovens em pequenos grupos e distribuir para cada grupo um plano de negócio / business plan. (Ver. anexo 2). Cada grupo deve, depois, se colocar na situação de criação de auto-emprego e preencher o plano de negócio / business plan. + Apresentação de cada plano de negócio / business plan por um porta-voz.	60 min
5. Avaliação da sessão	Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que eles aprenderam, o que foi importante e como melhorar.	10 min
6. Apresentação da próxima oficina sobre « o mundo do trabalho »	Apresentado pelo animador.	5 min

- MATERIAL NECESSARIO :
- Papel gigante + marcadores
 - Plano de negócio (a distribuir a cada jovem)
- DOCUMENTOS DE APOIO :
1. Definição de auto-emprego
 2. Plano de negócio

1. Definição : O que é o auto-emprego ?

O auto-emprego designa o caminho que as pessoas que querem criar o seu próprio emprego percorrem, seja individualmente ou coletivamente.
Exemplo : criar uma micro-empresa, trabalhar por conta própria, dar um status jurídico a uma atividade informal ou desenvolver uma atividade e um rendimento complementar.

O artesanato faz geralmente referência ao trabalho manual e a uma produção de carácter familiar, na qual o produtor (o artesão) possui um saber fazer particular fora do contexto industrial. Ele possui os meios de produção (ele é proprietário do atelier e das ferramentas) e realiza todas as etapas de produção, da preparação da matéria prima a finalização e comercialização. Ele exerce sua profissão por conta própria, quase sempre com a ajuda da sua família e aprendizes que ele forma.
Exemplo : carpintaria, escultura, costura...

O auto-emprego aparece como uma alternativa para aqueles que desejam gerenciar a sua própria trajetória profissional. Ele pode se definir como :
- Uma forma de performance profissional independente, na qual o empresário não possui ligação de emprego formal.
- Um trabalho realizado fora do contexto de uma organização : uma profissão por conta própria, oferecendo produtos ou serviços no mercado de trabalho.

Podemos fazer a escolha de auto-emprego por diferentes razões :
- Porque não encontramos emprego formal ou porque tivemos uma experiência não satisfatória em um emprego formal ;
- Por motivos sobretudo pessoais como a procura de desafios ou de maiores responsabilidades, maiores benefícios, flexibilidade e autonomia no trabalho ;
- Para algumas pessoas (particularmente as mulheres) : o auto-emprego representa a oportunidade de levar adiante a carreira e a vida pessoal.

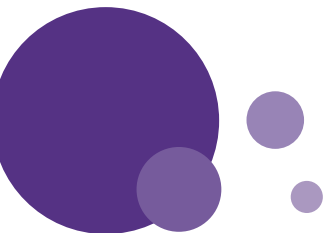
Nota : O auto-emprego nem sempre significa emprego informal, ele também pode ser legalizado e se transformar em uma empresa no setor formal ; o que permite ser reconhecido no nível nacional, conquistar mais clientes e ter mais oportunidades.

2. Plano de negócio (Para distribuir)

Tipo de negócio	Venda - Serviço - Artesanato - Outro :	
Natureza do negócio? Ideias?		
Clientes		
Nome da empresa		
Localização		
Tipo de local	☐ Alugel ☐ Compra ☐ Construção ☐ Domicílio próprio	
Investimento inicial :	Descrição	Custo
Pequeno material		
Equipamento		
Mobília		
Mobiliário		
administrativa		
Material informático		
Compra de um local		
Reformas a prever		
Publicidade		
Legalização		
Total investimento inicial		

Orçamento mensal (ano 1) :	Descrição	Custo
Recursos humanos - gerente - ... - ...		
Locação do local		
Eletricidade/água		
Telefone/internet		
Transporte		
Material		
Consumíveis		
Manutenção do material		
Manutenção do local		
Seguro		
Serviços bancários		
Taxas e impostos		
....		
Total orçamento mensal		
Financiamento inicial	Fontes de financiamento : Valor : Parte em dinheiro próprio : Parte em empréstimo :	
Receitas esperadas :	Descrição da prestação	Nº/mês Receitas/mês
Total receitas esperadas / mês		
Total de benefícios / mês	Receitas/mês - custo/mês =	
Prazo de reembolso do empréstimo ou capital		
Perspectivas Ano 2 :		
- Novos equipamentos ? - Novas prestações ? - Novos recursos humanos ?		

O dinheiro da empresa não é o meu dinheiro!



MÊS 5 :
FICHA DE ATIVIDADE 5 :
MEU PROJETO DE VIDA
DESCOBERTA DO MUNDO DO TRABALHO

DATA :

DURAÇÃO : 3H

- OBJETIVOS :
- Sensibilizar os jovens ao mundo do trabalho
 - Iniciar os jovens à redação do CV e simular uma entrevista de emprego para prepará-los ao mundo do trabalho

ETAPAS	METODOLOGIA	DURAÇÃO
Jogo quebra gelo	O animador leva alguns objetos que correspondem as profissões e pede aos jovens para reconhecer a que profissão corresponde cada objeto (<i>calculadora/faca/serra/fio elétrico...</i>)	10 min
1. Recapitulação da última oficina sobre « au-to-emprego »	<i>Alguns jovens voluntários são convidados a apresentar o que eles aprenderam durante a oficina sobre “auto-emprego”.</i>	10 min
2. Escolher um líder do dia	Escolher o líder do dia aleatoriamente entre os adoles-centes. O líder muda a cada sessão, alternando entre menino e menina.	5 min
3. Temática : Testemunho	Convidar jovens voluntários para falar e compartilhar suas experiências de trabalho : ► <i>Você já trabalhou ?</i> ► <i>Como foi esta experiência ?</i>	30 min
CV gigante	O animador lembra da importância do CV na procura de emprego e inicia o debate : ► <i>O que é um CV ?</i> ► <i>Por que é importante ?</i> ► <i>Quais são os elementos chave a incluir num CV ?</i> O animador conclui o encontro com o anexo 2. Dividir os adolescentes em pequenos grupos. Cada grupo seleciona um jovem para quem um CV gigante vai ser realizado. Cada grupo realiza um CV gigante e cola na parede da sala. + Apresentação de cada grupo por um porta-voz.	50 min
4. Exercício prático : Simulação de entrevistas de emprego	<i>Para esse encontro, convidar um responsável de centro de recrutamento para acompanhar este encontro e dar alguns conselhos aos jovens !</i> Em grupos de 2 : um jovem faz o papel do candidato e o ou-tro o papel do recrutador. Deixar 10 min e inverter os papéis.	60 min

+ *Débriefing :*

- *Como você se sentiu ?*
- *Qual papel você preferiu ?*
- *Como se preparar bem para uma entrevista ?*
- *Quais são os conselhos importantes para guardar ?*

O animador pode alimentar o debate com o conteúdo do anexo 3.

+ Apresentação de cada plano de negócio / business plan por um porta-voz.

5. Avaliação da sessão

Cada adolescente é convidado a dar sua impressão sobre a sessão, relatando 3 pontos que ele aprendeu, o que foi importante e como melhorar.

Objetivo : Ser a última pessoa com a bola cheia.
Material necessário : fio e bolas suficientes para dar a cada pessoa.
Cada jovem deve : encher sua bola e prender em um fio (de cerca 60 cm). Depois, deve prender a outra extremidade do fio no seu tornozelo. Os jovens devem, depois, correr e tentar furar a bola dos outros pulando em cima. A última pessoa que estiver com a bola intacta ganha !

MATERIAL NECESSARIO :

- Papel gigante + marcadores
- Folhas grandes
- Fio + balões

DOCUMENTOS DE APOIO :

1. Definição
2. O CV
3. A entrevista de emprego
4. Alguns conselhos para lembrar !

Este encontro final deve ser acompanhado por visitas externas aos centros de formação, às casas dos artesãos do bairro e em grandes empresas, para dar aos jovens a visão mais realista do mundo do trabalho em seu contexto. Ele deve também finalizar por um mini-curso prático de um mes.

1. Definição

O CV : Curriculum Vitae significa percurso de vida. É uma ferramenta indispensável quando procuramos um emprego.

•Objetivo : Se fazer conhecer e estimular a curiosidade do contratador

•O CV é uma visão do conjunto :

- Quem sou ?
- O que eu fiz ?
- O que eu posso fazer ?

A entrevista de emprego é uma conversa. É muito importante, pois ela permite ter um emprego e ser contratado.

2. O CV

O CV apresenta o perfil do candidato.
Ele é composto de 5 partes :

1. Quem sou ?

Nesta 1ª parte, você deve escrever as informações seguintes :

- Nome e sobrenome
- Data e lugar de nascimento
- Situação civil
- Endereço completo com um contato

2. Meus pontos fortes

Nesta 2ª parte, você deve chamar a atenção do contratante e colocar em destaque as suas competências :

- Minhas competências e qualificações profissionais
- Duração da minha experiência
- Minhas qualidades

3. Minha experiência profissional

Aqui, você deve escrever todas suas experiências de trabalho ou estágio

- Nome das empresas com as quais eu trabalhei ou fiz um estágio
- Duração
- O que eu fazia e minhas responsabilidades

4. Minhas formações

Aqui, você deve escrever todas as suas formações e os cursos que você fez e que te deram uma competência.

- Formação escolar, técnica e profissional
- Estágios
- Outros conhecimentos e habilidades

5. Diversos

Esta parte é livre. A você de escrever o que pode interessar ao contratante e multiplicar as tuas chances!

- Lazer
- Funções associativas
- Outros ?

Você deve ser claro e realista !

Pequenos conselhos :

- Seja claro e objetivo
- Comece pelas informações recentes e as mais importantes
- Evite as abreviações
- Nunca diga o que você não sabe fazer

3. A entrevista de emprego

O que é uma entrevista de emprego ?

Para o candidato :

- É uma troca
- É uma oportunidade de se expressar
- É uma oportunidade de convencer o contratante que é a pessoa ideal
- É uma oportunidade de obter um emprego

► Última oportunidade de convencer !

Para o contratante :

- É um teste
- Uma oportunidade de conhecer o candidato
- Uma oportunidade de conhecer as motivações do candidato
- Verificar as competências escritas no CV
- Uma oportunidade de ter uma opinião sobre o candidato

Alguns conselhos para o sucesso !

ANTES :

- Se informe sobre a empresa
- Memorise o seu CV
- Treine com um amigo
- Chegue 10 minutos antes
- Use uma roupa adequada
- Se comporte como adulto !

DURANTE :

- Depois das saudações, se apresente
- Seja você mesmo, natural e sincero
- Escute atentivamente para evitar que se repita a pergunta
- Seja claro e objetivo
- Evite as conversas e repetições
- Evite ser negativo
- Não interrompa um recrutador

DEPOIS : Faça o resumo da entrevista, tente fazer sua auto-crítica.

Nós esperamos que este manual tenha estimulado a sua vontade de por em prática e de experimentá-lo com um grupo de jovens, pois como diz um velho ditado indiano : "uma onça da prática vale mais que uma tonelada de teoria"!

Trabalhar com os jovens e os adolescentes, investir nos jovens que sustentarão o mundo de amanhã representa hoje uma prioridade para inúmeros atores. Isto foi e continuará sendo uma grande alegria também para a ESSOR e as equipes envolvidas no campo de atuação.

Desde a sua criação (1992) e no contexto de diversos projetos levados no Brasil, Moçambique, Chade e Guiné Bissau, ESSOR teve a oportunidade de trabalhar com mais de 17 000 jovens e adolescentes. Isto foi possível apoiando-se em parceiros sólidos, com as ONG engajadas no Sul, com as equipes de animadores motivados e sensíveis a esta causa, com os parceiros técnicos e financeiros convencidos da importância deste trabalho, mas também e sobretudo com os jovens, meninos, meninas, tendo uma grande sede de descoberta, abertura e perspectivas...

Os depoimentos recolhidos notadamente durante a avaliação realizada em 2011¹ falam por eles mesmos :

- *O projeto foi fundamental na minha evolução, ele me deu uma outra visão do mundo e a certeza que eu posso transformar minha realidade*
- *Participar do projeto me ajudou a sair da rua onde eu vagava sem objetivo*
- *O projeto completou a educação que meus pais tinham me dado.*
- *Os adolescentes do bairro atravessam momentos difíceis, alguns vagam na rua e se tornaram alcoólicos, viciados em drogas... Aqueles que participaram do projeto escaparam disso.*

Contudo, nós sabemos que ainda existe muito o que fazer e que nem sempre é fácil convencer os parceiros, tanto financiadores quanto os parceiros locais, da importância de trabalhar com essa faixa etária para abordar conceitos essenciais tais como respeito, autoestima, conhecimento dos direitos, dos deveres, projetos de vida..., difíceis de pôr em evidência, pois como cada um sabe "o essencial é invisível para os olhos"², invisível hoje, é verdade, mas tão preocupante e custoso amanhã se não levamos em conta.

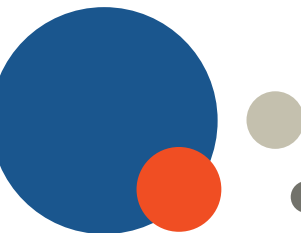
Mas, se este Manual está nas suas mãos, você faz parte, sem dúvida, dos que se interessam de perto ou de longe deste trabalho. Nós agradecemos a vocês por terem se associado por um momento ou quem sabe por um tempo mais longo permitindo passar talvez do sonho a ação! Obrigado!

¹Práticas educativas Brasil e Moçambique / 20 anos de experiência da ESSOR e seus parceiros - Paul Hibon

²O pequeno príncipe / St Exupéry

CAIXA DE FERRAMENTAS





Ferramenta 1 : Pequenos jogos

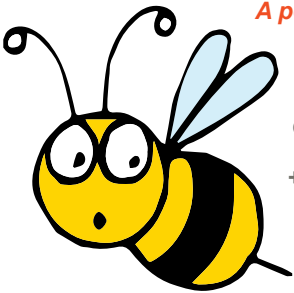
► *Importante acolher os jovens com uma atmosfera descontraída propícia ao sossego e à expressão : Cadeiras arrumadas em ½ círculo, música...*

1, 2, 3...

Todos os participantes andam na sala. O animador diz um numero e os participantes devem rapidamente formar grupos com o numero de pessoas correspondendo ao numero indicado.



A pequena abelha



Os jovens se colocam de pé em um círculo de maneira que todos possam se olhar. Cada um tem uma abelha na mão, ela vai voar e pousar numa parte do corpo da pessoa que eles vão escolher. Depois que todo mundo situou a abelha em uma parte do corpo do outro, pedir para cada um dar um beijo ou toca no lugar onde ele colocou a abelha.

+ Debriefing :

- Como vocês se sentiram com essa experiência durante esse exercício ?
- É agradável receber um beijo ?
- Foi mais fácil dar um beijo ou toca a uma menina ou um menino ?
- É importante respeitar a vontade do outro ?

As mãos estendidas

O animador se coloca no centro da sala e estende uma mão propondo um tema relacionado com a solidariedade como por exemplo (« entre ajuda »), depois estende outra mão e propõe outro tema (« os sorrisos »). Um jovem que se sente próximo de um dos temas pega na mão estendida e propõe outro tema que ele gosta para que o restante dos jovens possam também se agregar a essa corrente humana. O jogo termina quando todos os participantes seguram a mão e formam um círculo ou quando os dois últimos não desejam se agregar porque não acharam o tema do outro interessante.



As mãos ligadas

Em círculo, cada participante identifica seus vizinhos da direita e da esquerda. Eles andam depois na sala e ao sinal do animador, eles param. Sem mexer do lugar, eles devem tentar apanhar as mãos dos seus 2 vizinhos identificados precedentemente. Uma vez todas as mãos ligadas, os participantes devem desatar o laço formado sem largar a mão.



Barco da solidariedade

Material : Folhas de papel, cadeiras ou corda

Instalação : Representar um barco com folhas de papel ou um barco delimitado por cadeiras ou uma corda

Todos os participantes estão num barco representado por folhas de papel ou delimitado por cadeiras ou uma corda.

O barco toma a água... Ele está cada vez mais inundado... Os participantes devem encontrar uma solução para que todos fiquem sobre o barco, até chegar na terra.



Confiança

Material : Nenhum

Instalação : Nenhuma

Os participantes formam pequenos grupos de 4 (com pessoas que podem ser desconhecidas). Eles formam um círculo, enquanto uma das 4 pessoas se coloca no centro. Essa pessoa fecha os olhos e deixa-se cair para trás, depois para frente... as pessoas em círculo devem fazer tudo para não deixar essa pessoa cair.



Diversidade

Material : Folhas de papel A4 e cadeiras

Instalação : Formar dois alinhamentos de cadeiras em círculo, frente a frente.

O 1º grupo de participantes está instalado sobre as cadeiras, em círculo. Cada membro do grupo 2 se coloca em frente de uma pessoa.

O animador distribui uma folha de papel A4 aos membros do grupo 1. Esse grupo fecha os olhos. O grupo 2 deixa os olhos abertos mas mete suas mãos de trás as costas.

O grupo 1 deve fabricar um barco com a folha a partir das indicações unicamente verbais do seu parceiro frente a ele.

Elefante / escola / Palmeira

Os participantes formam um círculo e se dividem em grupo de 3. Uma pessoa se põe ao centro, dá indicações e escolhe o grupo que vai dever, o mais rapidamente possível, formar uma escola, um elefante ou uma palmeira. A pessoa que se engana pega no lugar da pessoa que se encontra no centro.

Eu também !

O animador pede para os adolescentes sentar em círculo nas cadeiras. Esta atividade deve ser jogada rapidamente. O animador pede para cada um refletir sobre uma característica pessoal, que ele pensa ser única (não dizer a ninguém de outro grupo e não pode mudar). Ele escolhe um jovem para começar : esta pessoa apresenta ao conjunto do grupo um traço que o caracteriza. Se ninguém do grupo tem essa característica, então o jovem seguinte fala a sua. Entretanto, se uma pessoa divide a característica citada, então ela deve pular da sua cadeira dizendo « Eu também ! » depois vem se sentar nos joelhos do jovem com quem ela divide esta característica. Se muitos jovens dividem esta característica em questão, eles devem sentar-se uns nos outros nos joelhos do jovem que falou. Em seguida, todo mundo volta para o seu lugar e o jogador deve novamente dizer uma característica que ele acha única. Quando ele conseguir, então é a vez do jovem seguinte se expressar.

Depois, o animador explica ao grupo que trata-se agora de encontrar as características compartilhadas por todos os outros membros do grupo. Uma cadeira deve ser retirada e a pessoa que se expressar se situa no centro. Ela tem que pensar em uma característica que todos do grupo têm em comum para depois anunciar. Todos os membros que dividem esta mesma característica devem se levantar e mudar de cadeira gritando « Eu também ! ». O jogador no centro deve aproveitar para se sentar, deixando o lugar do centro para outra pessoa.

+ Debriefing :

- Foi mais fácil encontrar as características comuns ou as diferenças ?
- Na realidade, nós gostamos de ser únicos ou preferimos ser como os outros ?

Eu trago uma carta para...

Arrumar as cadeiras em círculo. Pedir aos jovens para sentar e àquele ou àquela que não tem cadeira ficar no meio. Pedir ao jovem do meio para dizer alguma coisa do tipo : « Eu trago uma carta para... » « ... que usa óculos », « ... que está de calça », « ...que estão de relógio », ... ou outra coisa de acordo com a imaginação da pessoa. Todos os que usam óculos devem trocar de cadeira, enquanto a pessoa que está no meio tenta aproveitar para se sentar. Pedir então para pessoa que se encontra no meio « trazer a próxima carta... » Parar o jogo após 5-10 minutos, quando todos os jovens tiverem tido a oportunidade de trazer uma carta e de mudar de lugar.

Gira dos nomes

Todos os participantes formam um círculo. Cada participante diz seu nome e inventa um passo de dança que todos repetem e re-produzam.

O cartão vermelho

Os jovens inventam e encenam uma peça de teatro sobre a noção de discriminação. Uma equipe vai observar e dar o cartão vermelho para cada proposta ou comportamento discriminador (no modelo de um jogo de futebol).

O fio

O animador forma grupos de 2 e os jovens se sentam em uma mesa um de frente para o outro. Depois, ele distribui uma folha para cada jovem e dois lápis amarrados por um fio. Os jovens devem desenhar o seu vizinho. Entretanto, a corda que liga os dois lápis é muito curta para permitir desenhar simultaneamente. Então, eles devem levar em consideração este empecilho para realizar o desenho, sabendo que todos devem entregar o desenho no final da atividade.

Material :

- 2 folhas
- 2 lápis
- Fio para ligar 2 lápis

Débriefing :

- Você conseguiu completar a tarefa no tempo delimitado ?
- Quais meios vocês utilizou para solucionar o problema ?
- Quais emoções você sentiu durante o trabalho ?
- Você achou essa tarefa difícil ?
- Você gostou desta atividade ? Porquê ?

O nome

Cada adolescente escreve ou desenha seu nome num cartão de qualquer material, depois ele mostra ao grupo, se apresentando e contando a história do seu nome (quem escolheu o seu nome, o que ele significa). Isto pode ser feito com música.



O pequeno trem

Material : Nenhum

Instalação : Nenhuma

Todos os participantes se metem em fila indiana e TODOS fecham os olhos exceto a pessoa colocada ao fim da fila.

Essa deve dirigir a fila, sem falar, transmitindo as instruções à primeira pessoa. Para isso, a ultima pessoa bate sobre o ombro da pessoa colocada frente a ela, que vai transmitir à pessoa em frente até a 1º pessoa receber as instruções e poder dirigir a fila.

Código :

- Bater 1 vez sobre o ombro = partida / paragem
- Bater 1 vez sobre o ombro esquerdo = ir para a esquerda
- Bater 1 vez sobre o ombro direito = ir para a direita
- Bater 2 vezes sobre os dois ombros = ir para trás

Os bombons

Dividir os jovens em pequenos grupos, com uma caixa de bombons para cada grupo cheia de bombons. Os jovens jogam o dado um de cada vez.

As regras iniciais são as seguintes :

- 1 ou 2 : nenhum bombom ;
- 3 ou 4 : pega-se 3 ou 4 bombons na próxima rodada ;
- 5 ou 6 : pega-se 5 ou 6 bombons imediatamente.

Após algumas rodadas, pedir aos jovens para dar uma parte dos bombons aos vizinhos da direita. Após algumas rodadas, pedir aos jovens para dar tudo àquele que realizar o maior número no dado. Num 2º momento, pedir a cada grupo para pensar em novas regras que lhes parecem mais justas.

Quebra cabeça dos rostos

Recortar rostos de jovens em tamanho grande no formato dos diferentes continentes em papel e os cortar em vários pedaços. Colocar alguns recortes de rostos que não correspondem nos envelopes. Dividir os jovens em grupo e dar a cada grupo um envelope. Cada grupo deve reconstituir um rosto trocando os diferentes pedaços com os outros.



Resolver um conflito ?

Cada jovem conta num pedaço de papel um conflito que ele viveu. Todos os papéis são em seguida recolhidos e colocados numa cesta. Os jovens se agrupam em dois e retiram um papel na sorte ; a ideia sendo colocar em cena o conflito e propor uma maneira de resolvê-lo.

Débriefing em grupo :

- Como podemos resolver este conflito ?

Saudações internacionais

Todos os participantes andam na sala. Ao sinal do animador, eles devem saudar uma pessoa próxima deles. Saudação de França, beijo, dos Estados Unidos : hug, dos Esquimós : toca no nariz, Índia : Namaste, Brasil : abraço, Moçambique, Guiné Bissau...

No fim, os participantes formam grupos de 2 e escolham uma saudação original que eles vão reproduzir frente ao resto do grupo.

Telefone sem fio

Numa roda de muitas pessoas, o primeiro inventa secretamente uma palavra e fala - sem que ninguém mais ouça - nos ouvidos do próximo (à direita ou à esquerda). Assim, o próximo fala para o próximo e assim por diante até chegar ao último. Quando a corrente chegar ao último esse deve falar o que ouviu em voz alta.

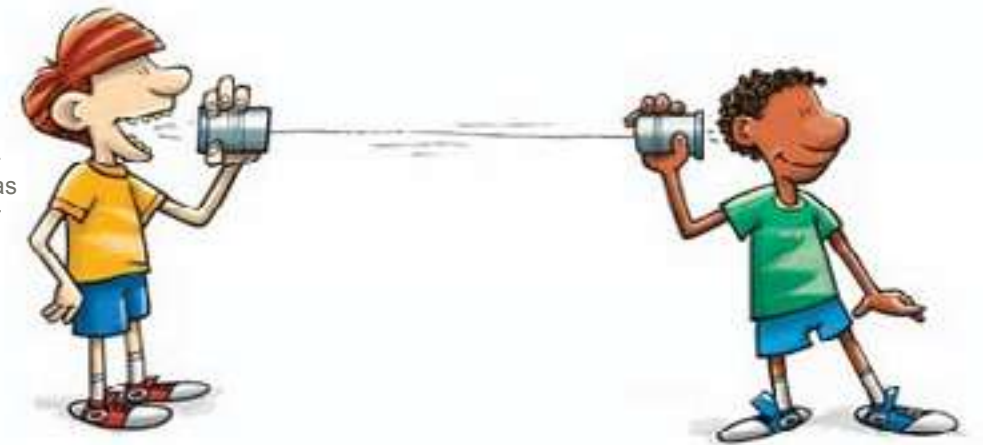
Geralmente o resultado é desastroso e engraçado, a palavra se deforma ao passar de pessoa para pessoa e geralmente chega totalmente diferente no destino. É possível competir dois grupos para ver qual grupo chega com a palavra mais fielmente ao destino.

Débriefing :

- Qual é o resultado ?
- O que aconteceu ?

Um detalhe muda

Em grupo de 2, um de frente para o outro, observa-se atentamente o outro. Uma das pessoas do grupo sai da sala e muda um detalhe (por exemplo, tira os óculos, muda de camisa...) ; A 2ª pessoa do grupo deve então identificar um detalhe que foi modificado.





Uma grande mentira

Cada jovem vai se apresentar propondo ao grupo três afirmações sobre ele mesmo : duas verdadeiras e uma falsa. Por exemplo « 1 – Eu faço karatê », « 2 – Eu sou fã dos Beatles »,« 3 – Eu nasci em Moscou ». Dentre essas três afirmações, duas são verdadeiras e uma é falsa. Os outros adolescentes possuem dois ou três minutos para questioná-lo e tentar detectar o verdadeiro do falso. Este jogo permite a valorização de cada jovem. Este deve encontrar, fatos inabituais ou elementos que o caracterizam. Eles se tornam em alguns momentos um personagem importante a quem aconteceu um evento excepcional.

Urso /cobra / ninja

Todos os participantes formam um círculo. Uma pessoa no centro escolhe rapidamente uma pessoa que deverá imitar o urso, a cobra ou o ninja. A pessoa que se engana pega no lugar da pessoa que se encontro no centro.

Você sabe escutar ?

Dividir o grupo em 2. Cada pessoa do grupo 1 vai escolher uma pessoa do grupo 2 para realizar o jogo seguinte : o grupo 1 tem como missão de contar uma história pessoal. O grupo 2, num primeiro tempo deve escutar muito bem a história e, num segundo tempo, não se interessar mais na historia.

- Débriefing :
- O que você sentiu ?
 - É agradável quando não se escuta mais ?

Zip / Zap

Todos os participantes formam um círculo. Uma pessoa ao centro escolhe quem deverá dizer o mais rápido possível o nome do seu vizinho da esquerda (se o animador diz ZIP) ou o nome do seu vizinho da direita (se o animador diz ZAP). Quando o animador diz ZIP ZAP, todas as pessoas mudam de lugar. A pessoa que se engana pega no lugar da pessoa que se encontra no centro.

Avaliação original

Estrela

O animador defini 6 eixos de avaliação que ele mete em valor sobre uma grande estrela : cada eixo correspondendo a um ramo da estrela. Ele distribui depois 6 pastilhas autocolantes aos participantes que deverão colocar uma pastilha sobre cada um dos 6 eixos em função das suas apreciações (centro da estrela = 0, extremidades da estrela = 5).

Feijão

O animador prepara 5 eixos de avaliação. Ele nota um eixo por folha.

Depois, ele distribui 10 feijões a cada participante que deverá reparti-los sobre os eixos que eles preferem. Depois, cada um se exprime sobre sua escolha, enquanto o animador toma notas.



Pastas (dos estudantes)

O animador prepara uma grande folha de papel por participante (sobre a qual, pode desenhar uma pasta) ; que ele pendura depois nas costas dos participantes. Dessa maneira, todos podem escrever um pensamento amigável ou uma pequena palavra positiva sobre as costas do seu colega.

Outras idéias legais !

O caderno de reclamações e de elogios

Deixar um caderno na sala das oficinas. Ele permitirá a cada jovem se expressar, seja para reclamar sobre alguma coisa ou para elogiar uma ação, uma atividade, um colega...
► Prever um tempo para fazer uma restituição de vez em quando sobre o seu conteúdo!

O Tribunal para Adolescentes

Criar um Tribunal para adolescentes para trabalhar a noção de justiça do ponto de vista do jovem. Assim que um conflito aparece num grupo, pedir ao tribunal de se reunir e tomar uma decisão para resolver o conflito.
► Nós impomos quase sempre a nossa noção de justiça aos jovens !

Ferramenta 2 : « Corrida de orientação em Bissau »*

Esta atividade lúdica e pedagógica, experimentada em junho de 2011, se inscreve no contexto do percurso cidadão para os adolescentes desfavorecidos de 14 a 18 anos residentes no Bairro Militar, bairro periférico de Bissau. Ela corresponde mais particularmente ao programa do 4º mês no qual são desenvolvidos os temas « minha comunidade, meu bairro e meu meio ambiente ».

Objetivo :

- Levar os adolescentes a descobrir com um novo ponto de vista o próprio bairro, com o intuito de favorecer a conscientização de cada adolescente enquanto ator potencial deste bairro :
- Valorizando os diferentes lugares identificados como importantes no bairro e na perspectiva das oficinas,
 - Encontrando atores que foram identificados como importantes,
 - Procurando respostas aos enigmas sobre a história, meio ambiente e a vida socioeconômica local.

Princípio da corrida :

Reconstituir os 5 valores-chave do percurso (Respeito, Paz, Confiança, Responsabilidade, Compromisso)
→ Os adolescentes se dividirão em grupos de 10 (cada um acompanhado de um animador) que vão percorrer juntos um itinerário de 10 etapas definidas antecipadamente.
Cada etapa prevê um pequeno jogo permitindo ao grupo adivinhar a etapa seguinte (somente o acompanhante conhece a lista das etapas) !
Se o grupo consegue 5 destas 10 etapas, será possível pegar chaves, cada chave permitindo a abertura de um « cofre » contendo palavras-chave escritas em pedaços de tecido de cores diferentes, que se relacionam com 5 valores-chave :

Valores	Respeito	Paz	Confiança	Responsabilidade	Compromisso
Forma da chave					
Palavras-Chave (tecidos)	Não discriminação Direitos Deveres Dignidade Viver juntos Escuta Igualdade Humildade	Não violência Acordo Diálogo Reconciliação Unidade Democracia Justiça Mediação	Honestidade Amor Transparência Sinceridade Abertura de espírito Fraternidade Amizade Certeza	Maturidade Consciência Controle de si Decisão Liberdade Coragem Precaução Futuro	Associativismo Voluntariado Ação Empreendedorismo Vontade Mobilização Criatividade Esperança

*Atividade concebida e praticada com o apoio pedagógico e logístico de Sofia Villeneuve em colaboração com a ESSOR Bissau, os animadores da associação AMAPLACK-1.

Itinerários :

Antes da partida, cada equipe :

- recebe sua carta de missão (« vocês foram escolhidos dentre os melhores para... »), o itinerário personalizado que somente o animador acompanhante pode consultar.
- responde a um pequeno enigma sobre o lugar onde ela deve ir primeiro : cada equipe começa uma etapa diferente do circuito, para evitar que muitas equipes se encontrem na mesma etapa simultaneamente.

As chaves serão dadas pelos membros da comunidade que os adolescentes vão encontrar nas diferentes etapas.

No final das 10 etapas, cada equipe deverá ir ao « banco de valores » com as 5 chaves ganhadas, recuperar as 5 palavras-chave e levá-las ao CDC.

→ Os 5 grandes valores são escritos antecipadamente em tecidos colados na parede da sala do percurso cidadão no CDC : os adolescentes deverão colar suas palavras-chave abaixo do valor que elas correspondem. Isto poderá ficar colado como decoração na sala até o final do percurso, como lembrança dos valores chave do percurso !

Duração :

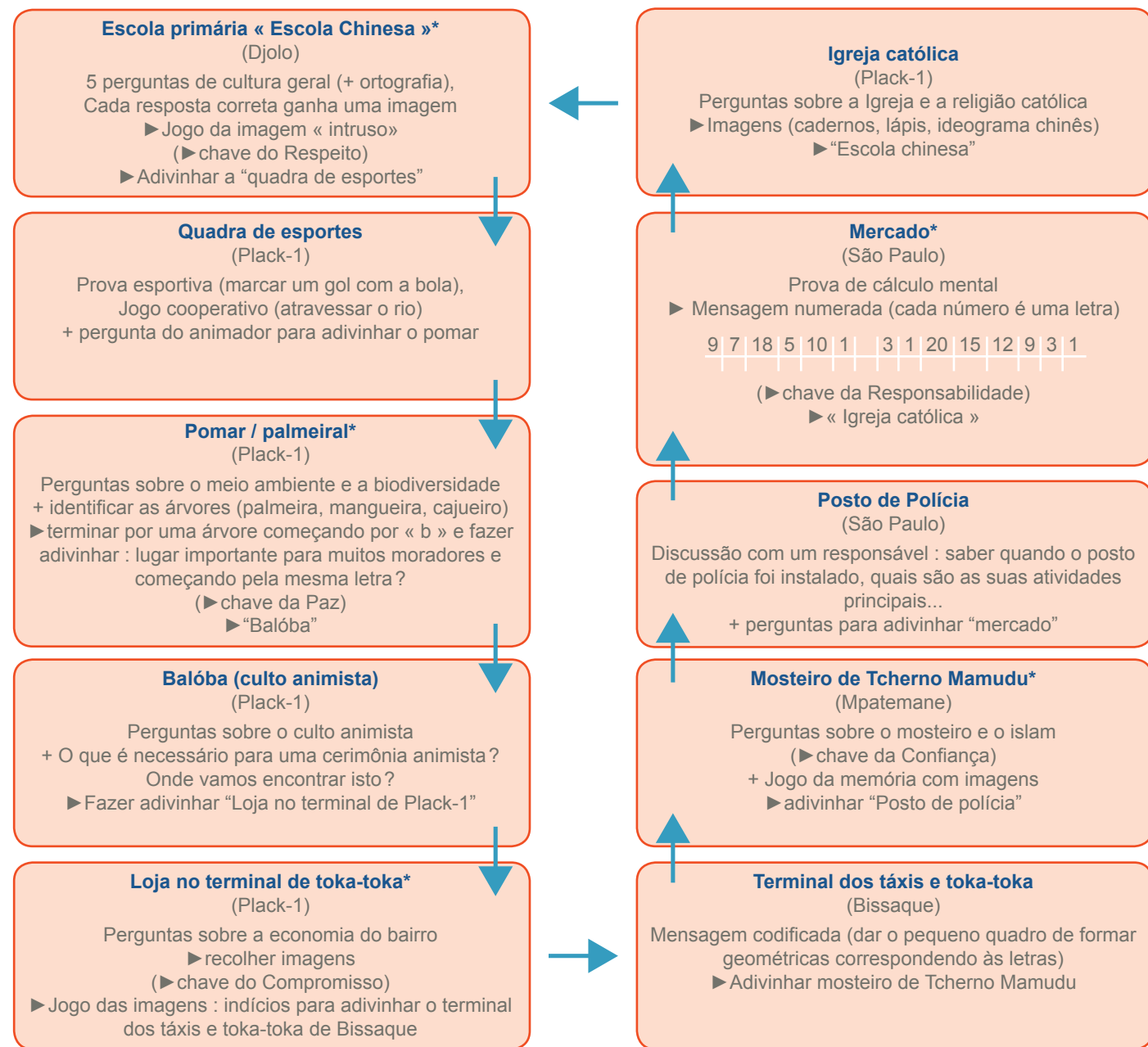
Mínimo 2 horas, máximo 3 horas (entre 5 e 10 minutos por etapa, 15-20 minutos para a chegada).

Divisão das tarefas	Técnico	Animadores	Escritório ESSOR
Semana antes da atividade :			
Definir as etapas do itinerário			
Finalizar cada etapa (provas, jogos) e as ligações entre cada uma			
Estabelecer a lista do material necessário			
Preparar o orçamento (material e lanche), e fazer o pedido de fundos			
Preparar o material com os animadores (chaves, papelões, tecidos...)			
Elaborar e dar uma ficha de itinerário a cada animador responsável de um grupo			
Encontrar enigmas rápidos sobre cada lugar do circuito			
Definir 5 formas de chave relativas aos 5 valores, e 8 palavras-chave por valor			
Uma « carta de missão » por equipe			
Preparar os grupos			
Mobilizar os membros da comunidade que podem participar às etapas			
Dominar o itinerário de cada grupo e o conteúdo			
Um dia antes da atividade :			
Terminar de preparar o material necessário para cada etapa (chaves, quiz, material de esporte...)			
Carregar os telefones com crédito de comunicação			
No dia da atividade (encontro 2h no mínimo antes do início) :			
Trazer o material necessário para cada etapa			
Instalação do « banco dos valores »			
Organizar os grupos, guiar os adolescentes, manter o mistério nas próximas etapas, mostrar entusiasmo e dinamismo			
Acolher os grupos na chegada, gerar o « banco dos valores » e fixar os valores no CDC			

Material necessário :

- Tesoura
- 10 papelões de leite
- 100 ml de tinta metalizada → 40 chaves de 5 formas diferentes
- 5 caixas de papelão (caixas de sapato) para o « banco dos valores »
- 1 papelão para a instalação do material de esporte
- 1 bola de futebol
- 2 folhas de papelão A4 (etapa « canoas »)
- 5 metros de tecido de forro, de 5 cores diferentes
- 12 pequenos lenços ou pedaços de tecido para tampar os olhos
- Tinta ou tinta opaca para escrever no tecido
- Pincéis
- 8 kits de animador ou acompanhante contendo :
 - 1 lápis com borracha, 1 envelope de papel contendo o detalhe do itinerário,
 - 5 sacos plásticos contendo cada um 8 chaves diferentes → a deixar nas 5 etapas com a chave para ganhar
 - 7 envelopes plásticos para deixar nas 7 etapas necessitando dos documentos (jogos de imagem, código secreto...)
- Recargas de telefone (500€ por grupo)
- Café da manhã / lanche, água potável...

Circuito detalhado com as atividades



Ferramenta 3 : Histórias de vida

Historia de Habiba, N'Djaména, Chade

Meu nome é Habiba Brahim, eu tenho 17 anos e estou cursando o 1º ano do Ensino Médio. Eu sou uma jovem do grupo educativo « a vitória dos jovens de N'djari ».

Durante o percurso educativo, eu aprendi tantas coisas e as que atiraram particularmente minha atenção são : os direitos e os deveres. Trata-se de noções que eu não conhecia antes, por causa do meio no qual eu vivo (meio muçulmano), onde nenhuma criança pode ousar reivindicar seus direitos.

Em pleno meio do percurso, eu fui dada em casamento a um de meus primos sem que pedissem a minha opinião. Subitamente, me dão a ordem de não mais ir ao percurso depois me informam que eu já tenho um marido e que eu tenho que mudar a maneira de me comportar. Foi um pouco difícil para eu receber esta notícia. Depois de três dias de reflexão, eu decidi falar com o meu animador ABDOULAYE MADJOU, nosso animador do percurso arabófono. Eu expliquei a ele o meu problema e depois de ter me escutado atentivamente, ele me aconselhou de ver o marabu de nosso bairro. Ele me deu algumas referências corânicas relativas ao ponto de vista do Islam sobre o consentimento da jovem a respeito do casamento. Eu fui ver o marabu do meu bairro e expliquei a ele meu problema, que me fez depois algumas perguntas e me disse que não era normal que não perguntassem minha opinião, pois de acordo com a religião (o Islam), eu tenho que dar o meu consentimento, se não o casamento não acontece. Ele então decidiu ver meus pais. Eu não sabia quando ele ia ver os meus pais, mas o meu tio veio me dizer um dia que ele queria falar comigo. Era a primeira vez que eu escutava meu tio dizer que queria falar comigo. No dia seguinte bem cedo, ele veio me ver e me fez perguntas sobre meu primo. Eu aproveitei para dizer com todas as letras que eu não estava pronta para o casamento. Eu expliquei a ele « meu projeto de vida » ; ele ficou com raiva e foi embora sem se despedir. Desde então ele não fala mais comigo !

O percurso educativo me abriu o espírito e eu sinto uma enorme vontade de me tornar uma animadora para levar minhas irmãs a se conscientizar deste mal que sofremos no dia a dia.

História vivida por Magno em Manaus - Brasil

Magno tem 14 anos, mora na comunidade de João Paulo II, em Manaus. Ele integrou o grupo “Adolescentes” dirigido pela ADEIS.

Ele começou a freqüentar as oficinas sócio-educativas depois de ter visto o seu irmão, Madson, de 15 anos, participar das atividades e mudar totalmente de comportamento na escola e em casa. O que o motivou também foi ver que seu irmão tinha adquirido muitos conhecimentos graças ao grupo e que sua foto passou no jornal local !

Quando Magno começou as atividades, ele era muito tímido, um pouco agressivo em casa e na escola, onde ele estudava no 5º ano do ensino fundamental.

A equipe do projeto trabalhou com o adolescente diversos aspectos tais quais :

- Melhorar o seu comportamento favorecendo suas relações com os outros,
 - Estimular a sua participação nos diversos eventos e dinâmicas organizadas na comunidade
- Participar de diálogos, etc..

Depois de alguns meses de participação no projeto, Magno mudou muito e é hoje bastante apreciado pelo grupo. Ele também faz parte de uma rádio comunitária onde é repórter, tudo isto depois de ter visitado um jornal da cidade de Manaus.

O seu maior desejo é se inscrever na Universidade para tornar-se jornalista e depois, construir uma casa para a sua mãe que o apoia bastante e que acha que as atividades do grupo “Adolescentes” são muito importantes para o desenvolvimento do seu filho.

História vivida por Guilhermina, em Bissau, na Guiné Bissau

Guilhermina nasceu em 1977 em Bissau, capital da Guiné Bissau, numa família modesta. Mãe aos 18 anos de uma menina chamada Esperança, ela conseguiu terminar o ensino médio em 2002, mas já tinha, desde 1999, uma experiência profissional paralela ao colégio. Ela encontrou rapidamente um emprego de professora numa escola primária, emprego que ela exerceu durante os últimos 3 anos de escolaridade.

Depois dessa primeira experiência educativa que ela achou enriquecedora, ela decidiu se inscrever em um curso de jornalismo em 2008, depois a um pequeno curso de informática, e enfim em cursos de línguas : inglês e francês, que por motivos de saúde ela não conseguiu concluir.

Guilhermina se casou em 2006, mas o seu marido morreu pouco tempo depois. Ela mora desde então com seus 3 filhos (1 menina e 2 meninos) na casa do seu pai, no Bairro Militar onde foi construído o CDC. O seu pai ajuda, às vezes, com as despesas do seu filho mais jovem, mas ela reconhece ter dificuldades materiais para criar seus filhos. Para sustentar sua família, ela trabalhou no comércio informal. Em 2008, Guilhermina começou uma atividade voluntária associativa participando da Associação dos moradores e amigos do sub-bairro de Plack-1 AMAPLACK, associação de desenvolvimento local do Bairro Militar.

Sua inscrição foi proposta pela AMAPLACK para beneficiá-la de uma formação inicial em técnicas de animação no primeiro projeto "percurso educativo", que beneficia os jovens do Projeto dirigido pela ESSOR e seu parceiro AIFA PALOP. Durante essa formação, Guilhermina foi logo percebida como uma das mais dinâmicas e animadas, apresentando um real potencial para tornar-se uma animadora de qualidade. Depois disso, ela estava trabalhando com um grupo de 30 adolescentes e jovens de 14 a 25 anos com a missão de educá-los e acompanhá-los durante 5 meses a partir de agosto de 2010, e depois com 60 outros adolescentes de 14 a 18 anos divididos em 2 grupos.

Alem da melhoria nas suas condições de vida graça ao subsídio que ela recebe desde então. Guilhermina insista no fato de que a experiência que ela esta adquirindo a motiva para continuar nesta vida profissional e se formar. Por outro lado, ela destaca que as competências pedagógicas que ela adquiriu e que continua a adquirir são de uma grande ajuda para a educação de seus próprios filhos... Especialmente, a jovem Esperança, que tem hoje 17 anos e que foi uma de suas melhores alunas durante o primeiro percurso educativo e pode contar com uma mãe preocupada em fazê-la aproveitar de uma abordagem inovadora diante de novos desafios que se apresentam durante a adolescência !

Hoje, ela faz parte da Equipe que coordena as atividades com os adolescentes em Bissau !



História de Sônia - em Beira, no Moçambique

Um novo percurso Adolescente se inicia... novos adolescentes chegam... Sônia, uma adolescente de 15 anos que está no 4º ano do ensino fundamental vai participar.

Este percurso Adolescente é composto por 6 etapas. A formadora da organização fez uma visita ao seu domicílio onde ela vive com a sua avó, Catarina, no bairro de Chipangara. É uma mulher bem apreciada na sua comunidade, ela está feliz mesmo sendo pobre, ela está muito feliz de viver com seus 5 netos, seus 3 filhos e 2 sobrinhos e sobrinhas.

Durante esta visita, a formadora desejou saber onde estava Sônia. Catarina, sua avó encheu os olhos de lágrimas falando sobre a sua neta. Ela falou que estava muito feliz por Sônia ter sido selecionada para fazer parte do grupo Ados, pois ela precisa realmente se socializar com as outras crianças.

Sônia é órfã, ela viveu um drama que ela não conseguiu superar. Sua mãe era muito doente e ela morreu nos seus braços ; desde esse dia Sônia ficou traumatizada, ela tornou-se introvertida, ela não quer mais ver suas amigas e gosta de se refugiar em lugares estranhos para se isolar.

Sua avó, muito preocupada, não tem meios financeiros para levá-la para um psicólogo e ela tem certeza que a participação de Sônia nas oficinas educativas vai ajudar a superar suas dificuldades. Uma de suas netas já participou do 1º percurso, o que a ajudou muito ; hoje, ela está no 3º ano do ensino médio e participou de uma aula de auto-emprego na associação Young África.

A avó está muito orgulhosa e diz que sua neta se tornou uma jovem mulher respeitosa que adquiriu muitos conhecimentos graças às oficinas educativas. Ela deseja que Sônia participe também as essas oficinas, o que poderá ajudá-la a superar sua tristeza e incentivá-la novamente para o futuro. Ela explica que já assistiu a muitos projetos em favor dos adolescentes e está segura que isso poderá ajudar sua neta.

A formadora diz que é um desafio, mas que a equipe do projeto sempre consegue estimular e criar uma boa dinâmica para que os adolescentes se sintam bem.



Ferramenta 4 : Em direto do terreno

Mathilde, responsável do projeto Bairu Lanta em Bissau

A adolescência é uma fase muito frágil de evolução, onde nós estamos extremamente vulneráveis às influências em nossa volta, e onde temos escolhas decisivas a fazer, sem necessariamente ter todos os elementos de informação nem o distanciamento ou a visão necessária para fazer suas escolhas.

Portanto, são estes adolescentes e as escolhas que eles vão fazer neste momento da vida, os valores que eles vão decidir se apropriar, que vão determinar o futuro do país, seu desenvolvimento socioeconômico e cultural e sua estabilidade política.

A escolha que deve fazer um adolescente em Guiné-Bissau, particularmente, é tão difícil de fazer quanto o fator pobreza pesa na balança, tendo um impacto considerável sobre o seu futuro :

- Se apegar ou não para terminar a escola e se formar, apesar das insuficiências do sistema educativo (greves repetidamente, falta de formação dos professores, etc.) e a falta de orientação,
- Resistir ou não à tentação do dinheiro fácil num contexto de impunidade em todos os níveis e utilização de « modelos » que utilizam material ilegal, seja o narcotráfico, a corrupção...
- Para as mulheres, resistir ou não à pressão familiar para parar a escola e ajudar os pais na casa, ou para se casar e se tornar mãe muito nova, resistir ou não à pressão dos homens com boas condições financeiras e que gostam de « quatorzinhas », fenómeno de prostituição infantil generalizado e pouco denunciado aqui,
- Para todos, ceder ou não à tentação de imigrar para Portugal, Brasil ou outro lugar...

É então extremamente estratégico intervir neste momento e tentar despertar o interesse deles sobre temas sociais, culturais, ambientais... e de uma maneira geral sobre sua importância, e dos valores estes, que eles desejam seguir na vida tanto pessoal que profissional.

Noémia, Coordenadora do projeto adolescente em Beira no Moçambique

Eu apreciei particularmente o Fórum das associações que os adolescentes prepararam tão bem para apresentar os trabalhos realizados por eles durante as atividades do percurso cidadão, bem como os livros e panfletos temáticos. Cada associação tinha a sua própria tenda que foi decorada pelos jovens com artigos e outros materiais para explicar aos visitantes os diferentes temas pelos quais eles foram sensibilizados durante o percurso. Muitos jovens e pessoas da comunidade participaram deste fórum e alguns jovens distribuíram cartazes e panfletos para sensibilizar, particularmente sobre o tema dos direitos humanos, pelo qual a comunidade é bastante interessada.

Armel, Coordenador do projeto Tremplin em N'Djamena no Chade

Eu escolhi trabalhar com e para os adolescentes porque eu me sinto responsável pelo futuro do país e a educação dos jovens é um dos fatores. É preciso educá-los e prepará-los para lhe dar o futuro, e é o que o percurso cidadão propõe : ensinar boas práticas, pois são os cidadãos de amanhã !

Valdelice, Coordenadora do projeto adolescente no Gacc no Brasil

O intercâmbio intermunicipal do projeto Ado é um evento que foi organizado pelos próprios jovens, com o objetivo um programa muito estimulante que motivou a participação de todos, inclusive dos poderes públicos com a colaboração do Secretário do Desenvolvimento Social que falou sobre o tema da cidadania. As oficinas do percurso foram realizadas sobre os temas seguintes : o papel do jovem na sociedade, gênero e sexualidade, gravidez precoce, economia solidária para o desenvolvimento sustentável. Os jovens também preparam apresentações artísticas de dança e teatro. Pudemos contar com a participação de 184 jovens do percurso e 25 associações parceiras. Que sucesso !

São nesses momentos que sentimos toda a energia que a juventude é capaz de canalizar para mobilizar a sociedade na defesa dos direitos. A dedicação dos jovens, dos educadores e das associações demonstra que juntos nós podemos lutar contra as desigualdades sociais.

Médéric, Responsável do projeto Deconbe em Beira no Moçambique

O que eu mais gosto neste trabalho com os jovens, é de dar a um adolescente a oportunidade de desenvolver novas competências que o permita conhecer coisas novas e, sobretudo, reforçar sua autoestima e sua capacidade de ser protagonista na sua vida e na sua comunidade.

Uma jovem garota contratada apenas por uma empresa de Beira me dizia um dia : « eu nunca agradecerei o suficiente à ESSOR por ter acreditado em mim e ter me dado a oportunidade de me formar tanto no percurso cidadão do projeto DECONBE quanto no Centro de Formação Profissional pelo projeto UPA ». De fato, esta jovem garota que vinha de um bairro periférico de Beira tinha participado do percurso cidadão de 6 meses proposto pelo projeto DECONBE em 2010-2011, depois teve a oportunidade de se beneficiar de uma formação profissional pelo projeto UPA. Ele foi depois acompanhada num estágio na empresa Beira Nave, que tinha decidido contratá-la no final desta fase propondo um contrato de 1 ano de trabalho. Este encontro me tocou profundamente, pois ela é fruto de um longo trabalho realizado pela ESSOR e seus parceiros que permitiram acompanhá-la e formá-la tanto ao nível social que profissional, uma jovem garota originária de bairros menos favorecidos. Esta jovem garota tem agora tudo nas mãos para preparar o seu futuro nas melhores condições possíveis.

Denise, responsável pelo projeto em João Pessoa no Brasil

Eu fiquei profundamente tocada pelo testemunho da mãe de Leonardo : o projeto mudou totalmente minha relação com meu filho ; hoje ele me fala e aceita a minha profissão.

Ferramenta 5 : Calendário anual dos dias mundiais

Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Junho
1 de Janeiro : Dia mundial da paz 21 de Janeiro : Dia internacional dos carinhos	6 de Fevereiro : Dia da tolerância zero das mutilações genitais femininas	8 de Março : Dia internacional da mulher 22 de Março : Dia mundial da água	7 de Abril : Dia mundial da saúde 25 de Abril : Dia mundial contra a malária	22 de Maio : Dia mundial da biodiversidade 25 de Maio : Dia mundial de Africa	5 de Junho : Dia mundial do meio ambiente 28 de Junho : Dia mundial contra a hepatite
Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
1 de Julho : Dia mundial contra a pobreza 30 de Julho : Dia internacional da amizade	1-7 de Agosto : Semana mundial da amamentação 19 de Agosto : Dia mundial da ajuda humanitária	8 de Setembro : Dia internacional da alfabetização 15 de Setembro : Dia internacional da democracia	15 de Outubro : Dia mundial de lavar as mãos 16 de Outubro : Dia mundial da alimentação	16 de Novembro : Dia internacional da tolerância 20 de Novembro : Dia internacional dos direitos da criança	10 de Dezembro : Dia mundial dos direitos humanos 20 Dezembro : Dia internacional da solidariedade humana

Webographie
Referencia internet

Agua

http://www.pseau.org/outils/ouvrages/isdr_eau_aleas_en_afrique_ecoles.pdf

Direitos da criança :

<http://www.humanium.org/es/>
http://www.dei-belgique.be/31_outils_pedagogiques.php
<http://www.crin.org/espanol/index.asp>
<http://www.unicef.fr/contenu/actualite-humanitaire-unicef/eduquer-aux-droits-de-l-enfant-2010-10-21?gclid=CNKIh4SGvq8CFYpjfAodgGBbzQ> em francês
<http://www.unviolencestudy.org/spanish>
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/dicas/150violencia_crianca.html

Educação

<http://www.fr.iofc.org/> em francês
<http://www.unesco.org/new/es/education/themes/leading-the-international-agenda/human-rights-education/>

Environnement

<http://www.notre-planete.info/environnement/>
<http://www.iucn.org/es/>

Género

<http://www.ficmea.org/aquojouestu/fr/outils-pedagogiques/index.htm>
<http://www.mondefemmes.org/publications/index.htm#outils>

Inteligência emocional

http://www.csaffluents.qc.ca/im/pages/ens_outils.html

Mundo de trabalho

<http://www.mareussite.com/>

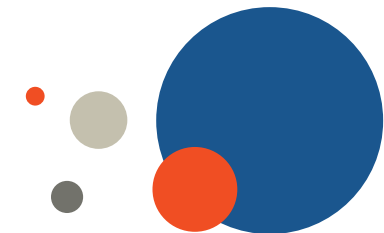
Pedagogia

http://www.popcouncil.org/publications/books/2010_ItsAllOne_es.asp
<http://finances-pedagogie.fr/>
<http://www.starting-block.org/>
http://www.procidis.com/index.php?composant=com_serie&element=9&template=liste

Saude

<http://www.amref.es/> em espanhol
<http://www.toi-memetusais.com/> em francês
<http://www.unicef.fr/contenu/actualite-humanitaire-unicef/la-sante-maternelle-et-infantile-2012-02-14>
<http://revistaescola.abril.com.br/blogs/educacao-sexual/>
<http://www.brasile scola.com/sexualidade/>
<http://fr.slideshare.net/patte/educacao-sexual-na-adolescncia-1639709>
<http://www.aids.gov.br/pagina/dst-1>
<http://clubedasaude.no.sapo.pt/dst.htm>

<http://www.interaide.org/pratiques/>



em francês

em espanhol
em francês
em espanhol

em espanhol
em português

em espanhol

em francês
em espanhol

em francês
em francês

em francês

em francês

em espanhol
em francês
em francês
em francês

em francês
em português
em português
em português
em português
em português

► **Autores** : Ariane Delgrange & Annabel Tournon

► **Contribuições** : Ambroise Le Moal, Amparo Brabant, Armel Djimramadj, Audrey Lemichez, Catherine Piat, Denise Andrade, Erwann Lacoste, Gaëlle Dombu Smeets, Jean-Philippe Delgrange, José Geraldo Aguiar Silva, Mathilde Bullot, Médéric Carpier, Noémia França, Sarah Pires & Valdelice Fialho.

► **Em apoio** : Céline Delloye & Teddy Szostek

► **Releitura** : Hélène Machado

► **Zonas Geográficas** : Brasil, Guiné Bissau, Moçambique & Chade

► **Temas** : jovens desfavorecidos, educação, projeto de vida, métodos, ferramentas & fichas temáticas

► **Modelagem** : Mélanie Dubreucq

► **Crédito fotos** : ESSOR e seus parceiros

► **Tradução** : Rebecca Soares Espínola

Nós agradecemos a todas as equipes da ESSOR e seus parceiros, seja na sede ou no campo de atuação, e também os educadores, os jovens e os pais que tornaram possível a existência deste manual.



AU BRÉSIL

240, rua José Serrano Navarro
Castelo Branco III
CEP : 58 050 - 580
Joao Pessoa - Paraiba
Tel : +55 83 32 35 85 74
essor@essorbrasil.org

ESSOR

92, rue de la Reine Astrid
59700 Marcq en Baroeul - FRANCE
Tel : + 33 (0)3 20 83 04 15
essor.contact@free.fr

AU MOZAMBIQUE

287, rua Príncipe Godido
Malhangalene
CP 4520 Maputo
Tel : +258 82 30 42 543
essormoz@tvcabo.co.mz

Para mais informação, consultar o website 'Pratiques' Inter Aide :
www.interaide.org/pratiques

Parceiros financeiros



Parceiros técnicos



O conteúdo desta publicação está sobre a única responsabilidade da ONG ESSOR.