

mesmos direitos e deveres. Isto não vem só escrito nos direitos das crianças mas também na nossa lei mais importante, na Constituição. Apesar disso, algumas coisas ainda são injustas.

— Por exemplo, quando uma mulher ganha menos do que um homem, embora faça o mesmo trabalho — diz Lea.

— Exacto! — Alberto franze a testa. — Ou quando alguém diz: Na nossa turma há 25 alunos.

— Porquê? Mas é verdade! — Luís encolhe os ombros.

— Alunos e alunas, é como devia ser — diz Alberto. — Se não, parece que não há meninas.

— Ah! — Luís acena com a cabeça. — Compreendo.

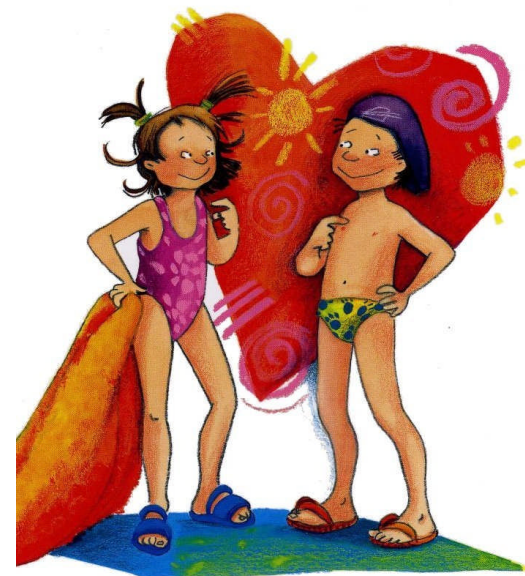
— A minha amiga Sevim é turca. Tem de andar sempre de lenço na cabeça e não pode andar sozinha na rua, mas os irmãos podem, embora sejam mais novos. E por causa disso é muitas vezes troçada pelas outras pessoas — conta Sílvia.

Sevim vem de um outro país, com outra cultura. Na Constituição também está escrito que ninguém pode ser discriminado ou preferido por causa do seu sexo, origem, raça, língua, pátria e proveniência, pela crença, convicção religiosa ou política.

Portanto, se para Sevim e para a família andar com o lenço está bem, não há motivo para ser alvo de troça ou para lho proibirem.

Dagnar Geisler
Das bin ich von Kopf bis Fuß
Bindlach, Loewe Verlag, 2005
(tradução e adaptação)

EU, DA CABEÇA AOS PÉS!



Tobias e Serafina frequentam a mesma turma do quarto ano.

Quando Tobias vê Serafina dobrar a esquina a toda a velocidade em cima do seu *skate*, sente imediatamente qualquer coisa no estômago. É uma sensação agradável mas, ao mesmo tempo, esquisita. Quando Serafina passa por ele, Tobias puxa-lhe os cabelos e chama-lhe estúpida e Maria-rapaz. Às vezes, Tobias imagina que vai casar com Serafina quando for grande. Claro que só conta isto ao velho urso Roberto, e à noite, quando está sozinho.

Serafina acha Tobias simpático quando sorri e assobia pelo espaço que tem entre os dentes. Numa ocasião em que ninguém estava a ver, ele ofereceu-lhe meia tablete de chocolate. Mas, quando é mau, enerva-a e ela então grita-lhe:

— Vai mas é fazer uma dentadura nova, seu esburacado! — e foge no skate.

Ou então, quando no recreio vai de braço dado com a Estela, dão um encontrão ao Tobias e deitam-lhe a língua de fora.

— Nunca hei-de apaixonar-me! — diz Tobias aos amigos. — As raparigas são tão parvas!

— É mesmo! — concordam os outros. Só Estêvão é que os contradiria, mas a ele ninguém pergunta nada.

Serafina gosta de Tobias, mas ele irrita-a. Tobias gosta de Serafina mas puxa-lhe os cabelos e chama-lhe nomes.

— Claro! — diz a mãe de Serafina. — *Quem desdenha quer comprar!* Quando os rapazes e as raparigas discutem, é porque gostam um do outro. Claro como água!

Será verdade?

Quando o Maurício encontra a Estela, muitas vezes dá-lhe uma canelada ou um beliscão no braço. O Maurício não suporta a Estela. Acha a Estela simplesmente parva. E a Estela também acha que o Estêvão é um parvo. E que parvo! Ela nem lhe dirige a palavra. Nunca! Nem sequer no passeio da escola, onde os dois, por engano, tiveram de ir sentados um ao lado do outro no autocarro.



— O Estêvão está apaixonado! — gritam, de vez em quando, os outros rapazes.

Mas o Estêvão não está apaixonado, a sério que não. Pelo menos, não pela Estela.



DIREITOS IGUAIS PARA RAPAZES E RAPARIGAS.

É ÓBVIO!

— Nenhuma criança pode ser prejudicada por ser rapaz ou rapariga. Está escrito nos direitos das crianças. Mas então, não é óbvio? — admira-se Paulo.

Estêvão, Jeremias e Lea acenam afirmativamente com a cabeça.

— E porque é que eu tenho de ajudar sempre a lavar a loiça e o meu irmão não? — pergunta Ana.

— O teu irmão ainda é pequeno — responde Alexandra. — Quando for um pouco mais velho, também tem de ajudar, se não, é injusto.

— Lavar a loiça é coisa para mulheres — diz Rómulo com um risinho.

— Ainda vives na idade da pedra? — responde Catarina. — Isso era dantes, quando o meu avô ainda era novo. E até ele passou a ajudar nas tarefas domésticas! Rapazes e raparigas, homens e mulheres têm os

A mãe de Laura ficou muito zangada com o irmão, mas continuou a gostar tanto de Laura como dantes. Foi com ela a um centro de aconselhamento, onde falaram com uma senhora que ajudou Laura a perceber que, naquela história com o tio Lino, ela não tinha culpa de nada. Mesmo que não tenha conseguido dizer “Não!” e “Pára imediatamente!”, como na verdade queria.

IMPORTANTE!

Tens sempre o direito de dizer NÃO! Mas, se não conseguiste, não te sintas culpado/a.

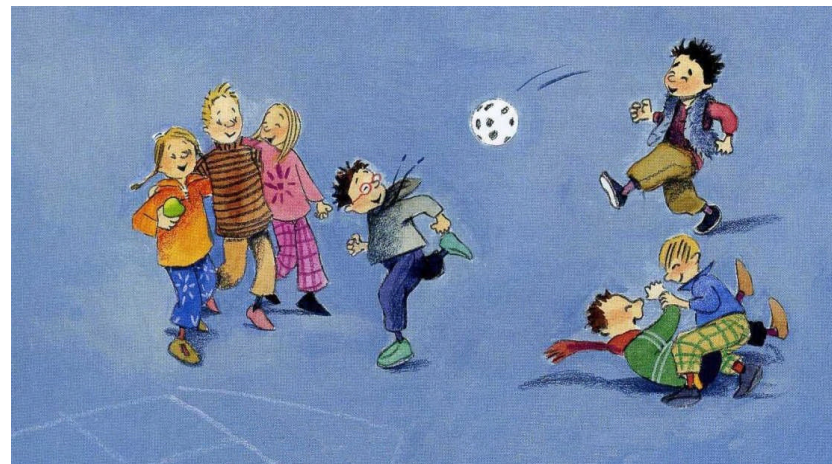
Ninguém é obrigado a guardar um mau segredo. Quem te pede para guardar um segredo desses, não tem boas intenções.

Os maus segredos são difíceis de guardar para qualquer pessoa. Especialmente para uma criança. Conta o que te preocupa a alguém em quem confies. Se não tens coragem para contar a alguém próximo de ti, podes telefonar para uma linha de apoio.



Os rapazes brigam e as meninas andam de mãos dadas.

Será verdade?



Paulina é amiga da Mimi e da Niki. No recreio, andam quase sempre as três de braço dado. Paulina é um pouco mais amiga da Regina. Às vezes andam as duas de mão dada. Para Paulina, é uma sensação agradável.

O Rómulo é amigo do Justino. Fica contente quando o vê pela manhã descer a rua a correr.

— Olá, Justino! — grita-lhe e dá-lhe um encontrão.

— Olá, Romão grandão — berra Justino e dá-lhe um soco nas costas. Às vezes começam logo os dois à bulha e rebolam-se pelo chão.

Jeremias é o melhor amigo de Paulo. Quando o Paulo vê o Jeremias, dá-lhe uma palmada nas costas. Por acaso, o Jeremias não gosta nada disso. Preferia dar-lhe um aperto de mão, mas acaba por lhe dar um soco no braço.

BOM – MAU!

O que é que está certo?



Andar à bulha na brincadeira pode ser bom:

Quando Rómulo e Justino andam à bulha um com o outro, na brincadeira, sem se agredirem, sentem-se bem. Sentem que são amigos a sério.



Mas brigar é mau:

Quando Maurício bate em Estela, magoa-a. Estela não gosta. Luís, Ludgero, Estêvão, Jeremias e Uli não gostam nada de andar à pancada. Jaime até fica cheio de medo, desde que numa dessas brigas partiu o braço. Deixou de poder tocar violino durante meses!



Os mimos podem ser bons:

Para Estêvão, não há nada melhor do que receber mimos do pai. Ele cheira sempre tão bem! Sente-se bem sentado com o pai no sofá.



Mas há mimos que podem ser desagradáveis:

Quando a tia Olga vem visitá-los, a Niki desaparece. A tia aperta-a com tanta força, que ela mal consegue respirar. E dá-lhe sempre um beijo todo lambuzado e Niki fica com o baton vermelho colado na cara. *Brr!*

agradável na barriga. O tio Lino pôs um braço em volta de Laura e começou a fazer-lhe festas.

Deslizou uma mão por debaixo da camisola. A sensação agradável, de repente, deixou de ser agradável. Laura começou a sentir-se incomodada. Só lhe apetecia dizer: “Pára imediatamente de fazer isso!” Mas pareceu-lhe estranho dizer uma coisa daquelas porque o tio Lino é mesmo muito simpático.

Laura ficou hirta. Só esperava que o tio se apercebesse que devia parar. Mas ele continuou. Acariciou as pernas de Laura e meteu as mãos no fecho das calças. Laura sentiu muito bem que não queria que o tio lhe fizesse aquilo.

Mas, de certa maneira, tinha deixado passar a oportunidade de dizer NÃO! A voz do tio ficou muito rouca e olhou para ela de uma forma esquisita. Muito diferente do costume.

Depois deu-lhe um beijo na orelha e disse-lhe que não podia contar a ninguém como o tio gostava dela. E que de certeza que a mãe se ia sentir muito infeliz ao ouvir aquilo e ia deixar de gostar de Laura.

— É o nosso grande segredo! — dissera o tio Lino.

A partir daí, Laura tentou não voltar a encontrar o tio.

— Mas o que se passa com a minha princesinha? — perguntou.
— Então já não gostas do teu tio?

Ele tentava sempre ficar sozinho com Laura para a acariciar.

Laura tinha a sensação de que guardar aquele segredo era como carregar com uma nuvem escura e pesada.

A certa altura, não aguentou mais e contou a história toda a Serafina. Por sorte, Serafina sabia que há segredos que não devem ser guardados. Foram então as duas juntas ter com a mãe de Laura e contaram-lhe tudo.

Quando alguma coisa faz com que te sintas mal, tens sempre o direito de dizer **NÃO!** Mesmo que os outros possam sentir-se ofendidos. Alguém que goste de ti vai aceitar o teu **NÃO** e não vai forçar-te. E até podes explicar a razão do teu **NÃO!**

* * *

Dizer **NÃO!**, por vezes, é muito difícil!

Devemos dizer **NÃO!** quando alguma coisa não nos faz sentir bem. Parece muito fácil!

À Laura, a prima da Serafina, aconteceu uma coisa que lhe fez deixar de perceber o Sim e o Não.



Certa vez, o tio Lino tinha ido visitá-los. É o irmão da mãe de Laura.

Laura estava contente. O tio Lino mostrou-lhe como navegar na Internet. Mostrou-lhe onde encontrar os melhores jogos e como descarregar da *net* as músicas preferidas dela. Estavam sentados ao computador muito perto um do outro.

Laura estava com uma sensação

DIZER SIM, DIZER NÃO — não é nada fácil!

- Não sou obrigado a andar à pancada!
- Se não quero que me abracem, tenho o direito de dizer NÃO!
- Não sou obrigado a deixar que me beijem quando não quero!
- Posso deixar abraçar-me pela mãe mesmo que os outros se riam!
- Quando estou no quarto de banho e a mãe quer entrar, posso dizer NÃO!
- Posso querer ficar sozinho no meu quarto.
- Posso ter um segredo entre mim e a minha melhor amiga e não tenho de o contar mesmo que todos me perguntem. Posso dizer NÃO!
- Quando a tia Bia quer dar-me um beijo, posso dizer SIM. Gosto imenso da tia Bia e ela cheira sempre muito bem. Quando o tio Leo me vê beijar a tia, também quer um beijo. Eu não gosto de beijar o tio. Ri-se muito alto e tem uma barba que pica. Posso dizer NÃO ao tio Leo. Mesmo que o tio não compreenda porque é que a tia recebe um beijo e ele não.

SIM ou NÃO? COMO É QUE ME SINTO?

SIM



- Quando me agarro ao meu pai, a minha barriga sente-se bem, como se estivesse cheia de pudim de baunilha. (Estêvão)
- Quando a avó me abraça, tenho a impressão de estar numa nuvem macia. Ela cheira a sabonete de rosas e a bolos acabados de fazer. (Sílvia)
- Quando vou com o meu pai ao futebol e a nossa equipa marca um golo, ele pega em mim e aperta-me com força contra ele. Eu dou guinchos de alegria e sinto-me forte como um leão. (David)
- Às vezes, a minha mãe dá-me beijinhos no pescoço e faz-me coceguinhas na pele. É como se mil joaninhas estivessem a caminhar sobre mim, nas minhas costas. (Jeremias)
- O avô cheira a cachimbo e costuma andar com um casaco grosso de lã áspera. Quando pega em mim, tenho a impressão de que nada me pode acontecer. (Regina)
- Quando a tia Bia me faz festas na cara é como se uma borboleta me tocasse. A mão dela é muito fresca, lisa e macia. (Leonor)
- Eu e a minha amiga temos um segredo só nosso que não contamos a ninguém. De cada vez que penso nisso, até me arrepio. (Lia)

NÃO



- Os beijos lambuzados da tia Olga não são nada agradáveis! Parecem um caracol a subir-me pela cara. No fim tenho de limpar sempre o baton. *Brr!* (Niki)
- Às vezes, quando o meu pai me abraça, levanta-me como um bebé. Já não tenho idade para isso. (Bernardo)
- Quando o tio Manuel vem visitar-nos, aperta-me tanto que me magoa. Eu não gosto nada. (Estela)
- O irmão mais velho da minha amiga é muito fixe mas quando ninguém está a ver, tenta beijar-me. Mete-me medo! (Mafalda)
- Quando a avó me dá um abraço, primeiro é bom, mas ela depois não pára. Deixo de conseguir respirar e começo a mexer-me todo. Quero é fugir. (Paulo)
- O Tó, do 6º ano, convenceu-me a ir com ele ao supermercado roubar. Eu não queria nada. O Tó diz que é um segredo nosso e que, se eu o contar, vai acontecer-me alguma coisa má! Até fico enjoado quando penso nisso. (Ludgero)