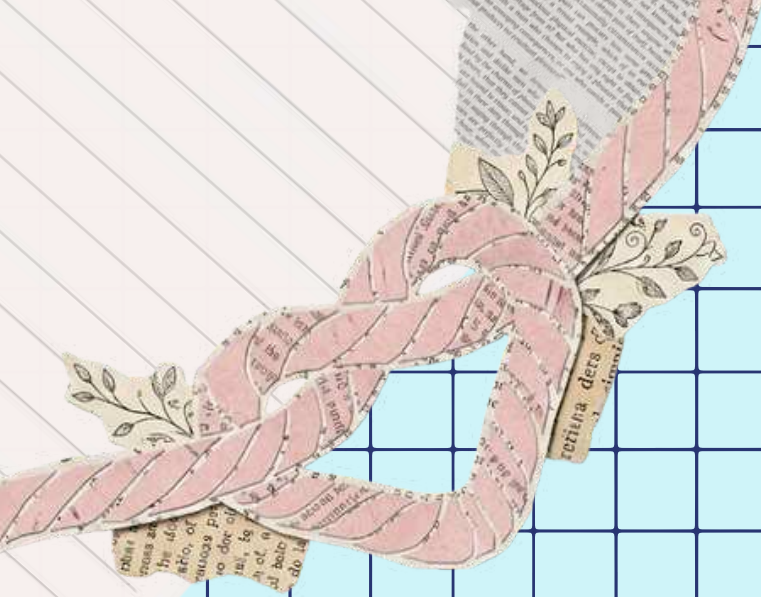


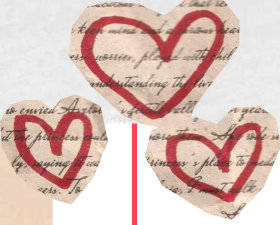


Entrenós

Layanny Scarlett



uma cartilha sobre equidade
de gênero e outras coisinhas



Entre Nós

Nós que nos apertam sem pedir licença,
nós de fios invisíveis que separam meninos de meninas,
nós que dizem "isso não é para você",
nós que amarram o corpo antes mesmo do movimento.

Nós que sustentam:
o laço do olhar que acolhe,
o nó da escuta que não julga,
o trançado das mãos na roda de conversa,
o abraço que vira rede quando o chão falta.

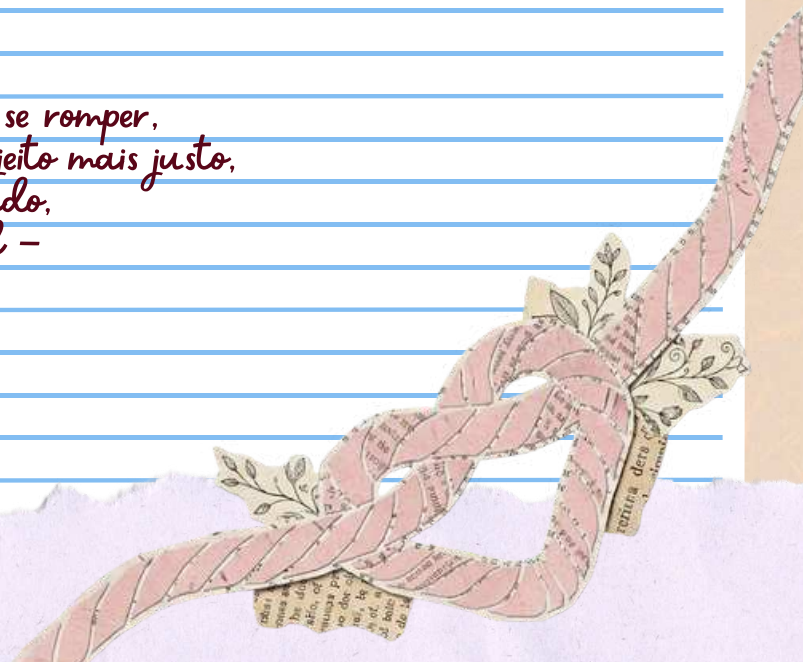
Nós que precisam ser desatados com paciência de quem desfaz um novelo antigo –
cada volta, um estereótipo;
cada puxada, um preconceito desfeito.

Nós que precisam ser reforçados:
o vínculo que resiste ao discurso pronto,
a amarra que une professor e aluna, aluna e aluno,
o laço que não segrega, mas sustenta a queda,
o nó que não prende, mas abriga.

Nós, em primeira pessoa do plural:
nós que pesquisamos, nós que escutamos,
nós que erramos e refazemos o ponto,
nós que tecemos a aula como um pano vivo,
onde cada fio – menino, menina, professora, escola –
é parte do mesmo tecido,
ainda que às vezes embaraçado,
ainda que às vezes tensionado.

Nós que são promessa:
de que um laço pode ser desfeito sem se romper,
de que um nó pode ser refeito de um jeito mais justo,
de que o "nós" não é só um emaranhado,
mas o lugar onde o encontro é possível –
e onde a educação, por fim,
começa a se desprender do fio antigo
para costurar um novo.

– Willian Lazaretti



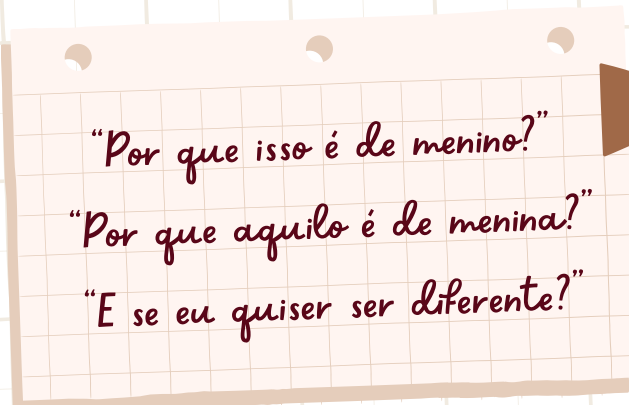


APRESENTAÇÃO

Esta cartilha nasceu de encontros.

Encontros em salas de aula, nas rodas de conversa, nas risadas do recreio, nos jogos, nas dúvidas e também nos silêncios. Foi construída junto com crianças como você, que pensam, sentem, questionam e, todos os dias, ajudam a transformar o mundo.

Entre uma brincadeira e outra, surgiram perguntas:



"Por que isso é de menino?"

"Por que aquilo é de menina?"

"E se eu quiser ser diferente?"



E foi assim, escutando essas vozes, que esta cartilha começou a existir.

Aqui dentro, você vai encontrar histórias que parecem pequenas... mas que guardam coisas muito grandes: sentimentos, escolhas, descobertas.

Vai encontrar também espaços para desenhar, imaginar, escrever, conversar, porque aprender não é só ler... é viver, pensar e sentir.



Esta cartilha é um convite...



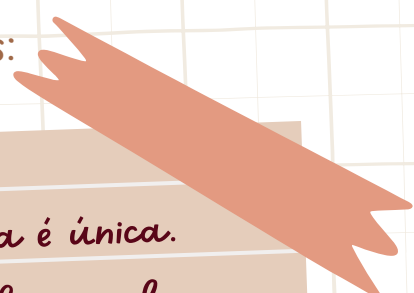
Um convite para misturar as “caixas” que o mundo às vezes tenta separar.

Para brincar sem medo.

Para respeitar o jeito de cada pessoa.

Para perceber que não existe um único jeito certo de ser.

Os objetivos são simples, mas poderosos:

- 
- 
- Lembrar que cada pessoa é única.
 - Mostrar que todas as formas de ser e amar merecem respeito.
 - E construir, juntos(as), um lugar onde ninguém precise se esconder para existir.

Porque, quando a gente aprende a olhar com cuidado...
descobre que as diferenças não afastam.
Elas aproximam.



Aproximam pessoas, histórias e jeitos de ser.
E mostram que é justamente o que cada um(a) tem de único
que torna tudo mais bonito.

Um mundo com respeito e diferenças é um mundo onde todos(as) cabem.





Antes de seguir, queremos contar uma coisinha sobre o nome desta cartilha...

Ela se chama **EntreNós** porque muitas coisas importantes acontecem entre nós: as conversas, as amizades, as brincadeiras, as descobertas, as perguntas e os aprendizados.

É quando compartilhamos nossas ideias, ouvimos outras pessoas e aprendemos a respeitar diferentes jeitos de ser que construímos algo novo juntos(as).

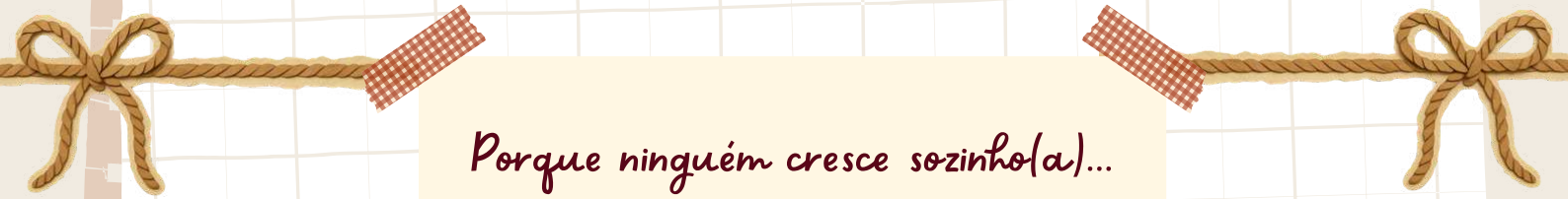
Às vezes, também encontramos alguns nós pelo caminho: ideias que limitam, preconceitos que afastam ou regras que parecem dizer quem pode ou não pode fazer alguma coisa. E aprender também é descobrir como desatar esses nós.



Por isso, **EntreNós** não é apenas um nome.

É um chamado para caminhar por estas páginas com curiosidade, respeito e coração aberto, lembrando que cada pessoa tem algo a ensinar e algo a aprender.

Afinal, é no encontro entre diferentes histórias que o mundo fica mais bonito.



Porque ninguém cresce sozinho(a)...
é entre nós que aprendemos a
transformar o mundo!

EQUIDADE DE GÊNERO

Que história é essa?

Você já ouviu alguém dizer:

“isso é coisa de menino” ou “isso é coisa de menina”?

Essas frases aparecem muitas vezes, mas não são verdadeiras. Brincar, correr, jogar bola, dançar, desenhar ou sonhar com uma profissão não tem gênero.

Gênero são as ideias que as pessoas têm sobre o que meninos e meninas podem ou não fazer. Só que essas ideias são inventadas pela sociedade e podem mudar. Na verdade, cada criança pode gostar do que quiser, aprender o que quiser e participar de todas as atividades.

Equidade de gênero significa que pessoas têm direito de brincar, estudar, praticar esportes, sonhar e ser respeitados(as) independente de ser menino ou menina, homem ou mulher.

Pense em **duas caixas** de brinquedos.

Na primeira, só carrinhos, heróis e bolas.

Na segunda, só bonecas, bambolês e cordas de pular.

Agora, **misture tudo** em uma caixa só.

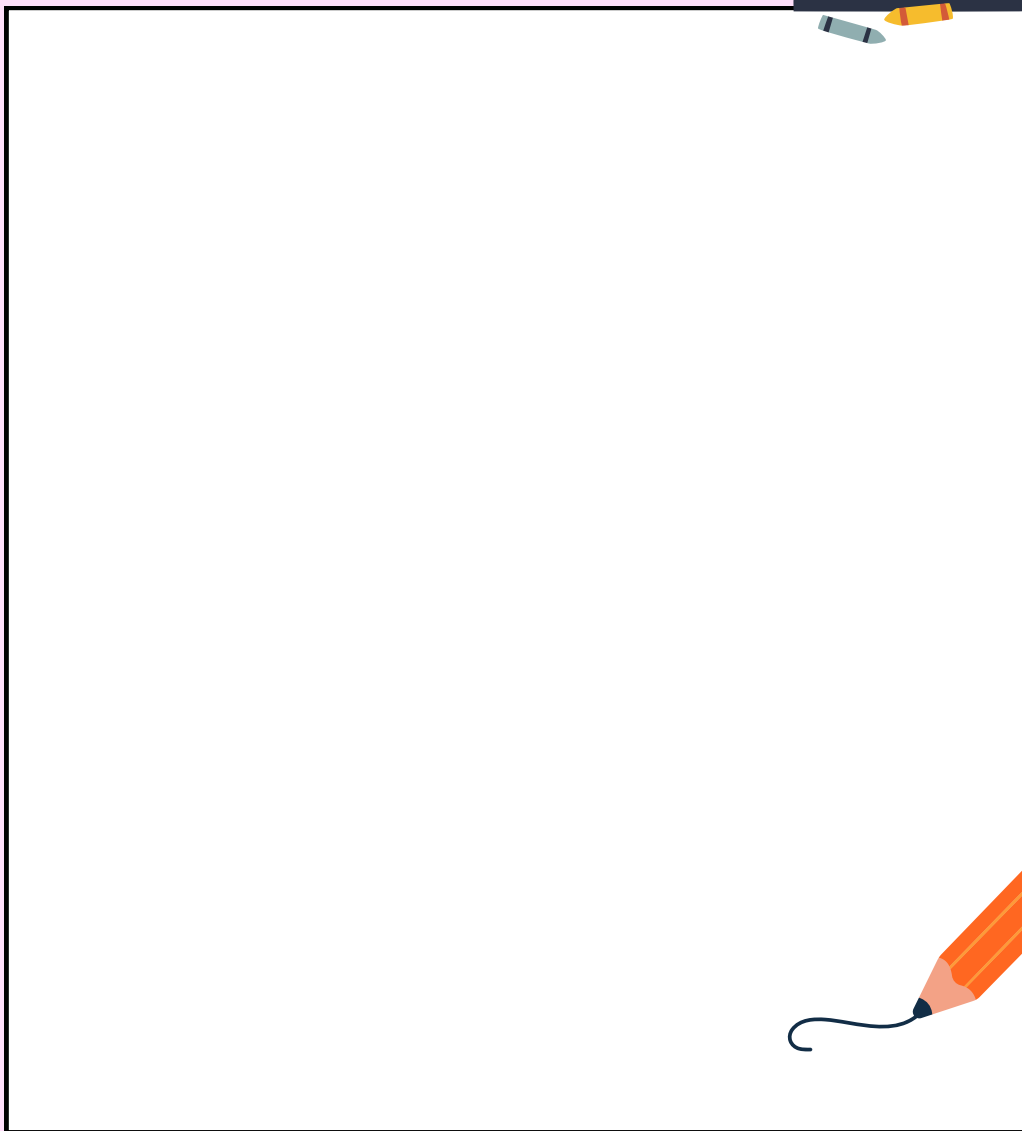
Não fica muito mais divertido quando todos e todas podem escolher o que brincar?

Vamos praticar!

Complete a frase no espaço abaixo:

Eu gosto de brincar de _____
e isso não tem a ver com ser menino ou
menina, tem a ver comigo!”

Desenhe você fazendo essa
brincadeira.

A large, empty rectangular box with a black border, intended for a child to draw. It occupies the lower-left portion of the page.

O JOGO DO RECREIO

Era hora do recreio, e todo mundo estava animado para jogar bola.

— Vamos escolher os times! — gritou o Pedro.

Ele começou a chamar os colegas, mas quando a Ana levantou a mão e pediu para jogar, alguns riram:

— Futebol não é coisa de menina! — disse Pedro.

Ana ficou triste e quase desistiu, mas a Júlia respondeu:

— Claro que ela pode jogar! Quem disse que futebol tem dono?

Pedro pensou um pouco, percebeu que tinha sido injusto e chamou Ana para o time.

Quando o jogo começou, ela fez uma jogada incrível e ajudou o grupo a marcar o primeiro gol.

A galera ficou animada e entendeu que o importante era jogar juntos(as), não importa se é menino ou menina.

No fim, Pedro pediu desculpas e disse:

— Hoje eu aprendi que todo mundo merece a mesma chance de brincar.

Perguntas para pensar!

1. O que você faria se estivesse no lugar da Ana?
2. Como você acha que ela se sentiu quando foi excluída?
3. Já aconteceu algo parecido com você ou com algum colega?

Vamos praticar!

Escreva aqui alguma brincadeira em que a turma toda pode praticar junto, sem ninguém ficar de fora.



A DANÇA ESCONDIDA,

Na aula de Educação Física, a professora colocou uma música e pediu para todos(as) criarem passos de dança.

Lucas gostava muito de dançar, mas ficou parado no canto.

— Vai lá, Lucas! — disse a professora.

Ele respondeu baixinho:

— Vão rir de mim... dança é coisa de menina.

De repente, a turma começou a se movimentar e Júlia chamou Lucas:

— Vem dançar comigo, ninguém aqui vai rir.

Ele respirou fundo, entrou na roda e inventou um passo diferente. A sala inteira copiou o movimento e começou a rir de alegria, mas dessa vez não era de Lucas, era com ele.

No final, a professora disse:

— Dança é para todos e todas. Dança não tem gênero, tem expressão.

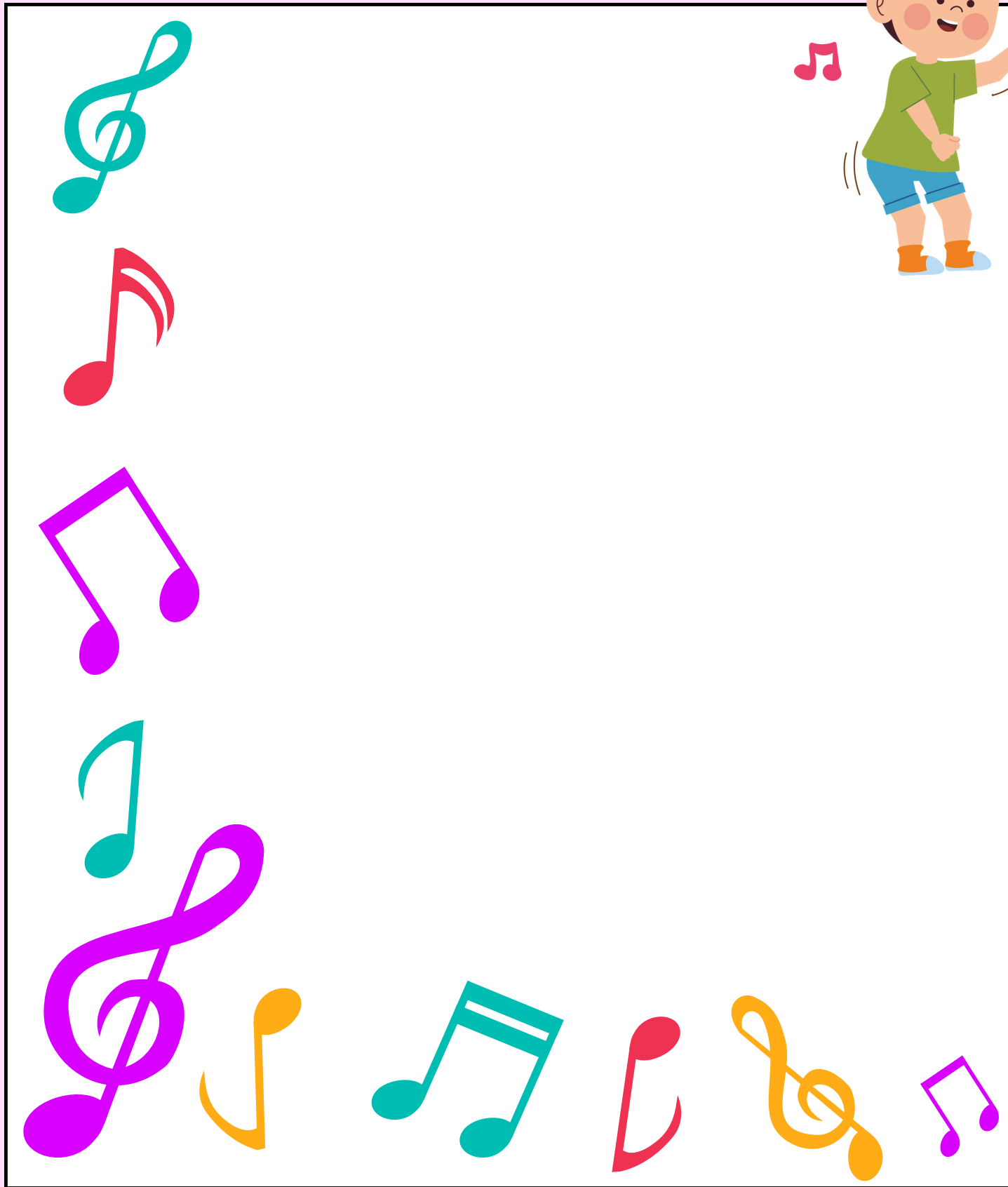
Lucas sorriu, sentindo orgulho de ter participado.

Perguntas para pensar!

1. Por que Lucas tinha vergonha de dançar?
2. O que mudou quando os(as) colegas entraram na brincadeira?
3. Que outras coisas as pessoas pensam que são “só de menino” ou “só de menina”?

Vamos praticar!

Crie um movimento de dança ou expressão corporal e mostre para um(a) colega. Depois, desenhe esse movimento no espaço abaixo.



A NOVA BANDEIRA,

Era dia de brincar de pega-bandeira na aula de Educação Física e a turma estava empolgada.

— Hoje a gente ganha! — disse João, cheio de confiança.

Os times foram formados e, como quase sempre acontecia, os meninos decidiram rápido:

— A gente ataca e tenta pegar a bandeira. As meninas ficam na defesa!

Algumas meninas se entreolharam. Catarina levantou a mão:

— Mas eu queria tentar atravessar o campo também...

— Ah, deixa que a gente vai — respondeu um colega. — É mais rápido assim.

O jogo começou.

Os meninos correram para o ataque, mas, enquanto isso, a defesa ficou desorganizada. Como o espaço era grande, quem estava defendendo não conseguia cobrir tudo.

Davi, que corria mais devagar, tentou alcançar um adversário... mas não conseguiu.

— Ihhh, pegaram a bandeira! — gritou alguém.

O time perdeu.

— Foi culpa da defesa! — disse João.

Catarina franziu a testa:

— Mas ninguém organizou a defesa direito...

Na rodada seguinte, tudo se repetiu. Os mesmos atacavam, os mesmos defendiam... e o time perdeu de novo.

Foi então que Catarina falou, com mais firmeza:

— Posso dar uma ideia?

Alguns colegas suspiraram, mas deixaram ela falar.

— E se a gente sortear quem vai atacar? Assim todo mundo tem chance de atravessar o campo.

O grupo ficou em silêncio, pensando.

— E a defesa — continuou ela — pode ser dividida por zonas. Cada pessoa cuida de uma parte menor do campo.

— Tipo cada um com seu pedaço? — perguntou Ana.

— Isso! — disse Catarina. — Assim ninguém precisa correr o campo inteiro. Até quem é mais lento consegue defender melhor.

João coçou a cabeça:

— Hum... pode ser.

Resolveram tentar.

Dessa vez, sortearam quem iria atacar. Alguns meninos ficaram na defesa e algumas meninas foram para o ataque.

Na defesa, cada um ficou responsável por um espaço menor.

— Esse lado é meu! — disse Pedro.

— Eu cuido daqui! — falou Ana.

Quando o jogo começou, tudo parecia diferente.

A defesa ficou mais organizada. Ninguém precisava correr desesperado de um lado para o outro.

Davi, que antes tinha dificuldade, conseguiu impedir um adversário:

— Consegui!

No ataque, Catarina atravessou o campo com cuidado, desviando dos(as) adversários(as) que tentavam colá-la.

Ela chegou perto da bandeira... pegou... e correu de volta!

— CONSEGUIU! — o time gritou.

Todos(as) comemoraram, pulando juntos(as).

No final, João se aproximou de Catarina:

— Acho que seu plano funcionou...

Ela sorriu:

— Funcionou porque todo mundo participou.

E a turma aprendeu algo importante:

- Quando só alguns fazem tudo, o jogo fica injusto.
- Mas quando as regras mudam para incluir todos(as), o time inteiro fica mais forte.

Perguntas para pensar!

1. Que ideias sobre habilidades de meninos e meninas estavam por trás da decisão inicial do time? Essas ideias eram justas?
2. De que forma a nova organização do jogo (sorteio e divisão por zonas) mudou não só o resultado, mas também a participação e o sentimento dos(as) jogadores(as)?
3. Você consegue pensar em outras situações (na escola ou fora dela) em que mudar as regras pode tornar algo mais justo para todos(as)?

VAMOS PRATICAR

Leia com atenção cada afirmativa e marque se ela é verdadeira ou falsa.

Organizar quem faz cada função no jogo pode ser bom, desde que todos(as) tenham chance de tentar posições diferentes.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Separar meninos e meninas nas atividades ajuda a garantir igualdade, porque cada grupo faz o que combina mais com ele.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Para ser justo, todos(as) devem fazer exatamente a mesma coisa no jogo, mesmo que alguns(mas) tenham mais dificuldade.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Mudar regras e organizar melhor o espaço pode ajudar mais pessoas a participar e se sentir incluídas.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Converse com um(a) colega, familiar ou professor(a) sobre suas respostas, explicando por que marcou cada uma.

Ouç a opinião da outra pessoa e pense se você concorda ou mudaria alguma resposta.

Respeite as ideias do(a) outro(a) e escute com atenção!

O objetivo é aprender juntos(as).

RESPEITO E DIVERSIDADE, Igualdade ou equidade?

Na escola, ninguém é igual a ninguém.

Tem quem fale muito.

Tem quem observe mais.

Tem quem corra rápido.

Tem quem goste de desenhar.

E está tudo bem.

Respeitar é entender que cada pessoa tem seu jeito e seu valor.

Mas também é importante lembrar:

Nem todo mundo precisa da mesma coisa ou da mesma ajuda.

Tem gente que precisa de mais apoio para participar.

Tem gente que precisa de menos.

E tudo bem também.

Agora, vamos entender duas ideias importantes:

Igualdade é quando todos(as) recebem a mesma coisa, do mesmo jeito.

Equidade é quando cada pessoa recebe o que precisa para conseguir participar, aprender e se sentir incluída.

Por exemplo:

Em uma brincadeira, igualdade é dar as mesmas regras para todos(as).

Mas equidade é adaptar o jogo, dividir espaços, mudar funções ou combinar novas regras para que ninguém fique de fora.

Equidade não é dar vantagem. É dar condições justas para todos(as) participarem e se divertirem.

Vamos praticar e refletir!

A diferença não separa.

A diferença ensina.

E quando a gente respeita essas diferenças e ajuda uns aos outros, todo mundo pode brincar, aprender e crescer junto.

Pesquise e recorte (ou imprima) imagens em jornais, revistas ou livros antigos que mostrem pessoas diferentes entre si.

Procure imagens que representem diferenças como:

- jeitos de se vestir
- tipos de corpo, cabelo, cor de pele
- formas de brincar ou se expressar
- atividades que as pessoas gostam de fazer

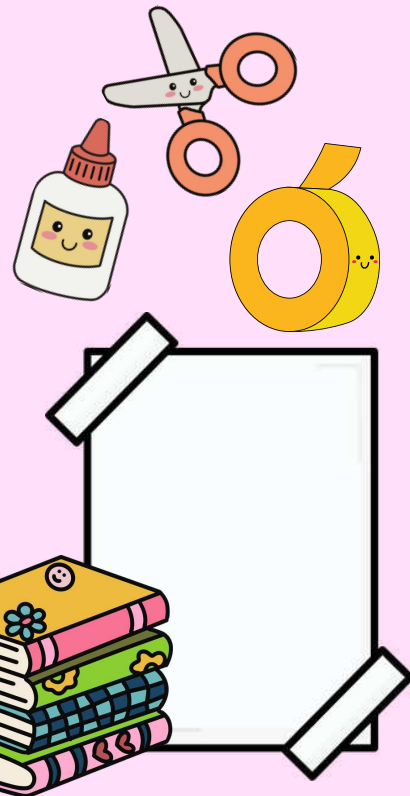
Depois, organize as imagens em uma folha ou cartaz.

Ao final, observe e pense:

- O que essas pessoas têm de diferente?
- O que elas têm em comum?
- Por que é legal viver em um mundo com pessoas diferentes?

Prepare-se para compartilhar suas ideias com a turma ou com sua família.

Lembre-se: As diferenças tornam o mundo mais interessante e ajudam a gente a aprender uns com os outros!



GENTILEZA É PRA GERAL,

pequenas atitudes,
grandes diferenças

Você já ouviu alguém dizer:

- “Seja cavalheiro!”
- “Menino tem que proteger as meninas!”

Mas... o que isso quer dizer?

Ser gentil é algo muito bonito.

Ajudar, cuidar, respeitar e tratar bem as pessoas faz o mundo ficar melhor.

Mas será que só os meninos devem ser gentis?

E será que só as meninas precisam de ajuda?

A verdade é que **gentileza não tem gênero**.

Todos(as) podem:

- ajudar
- cuidar
- respeitar
- apoiar

Ser gentil não é obrigação de um grupo, é uma escolha que todo mundo pode fazer, independente de ser menino ou menina, homem ou mulher.



Vamos praticar!

Gentileza em ação!

CONTE UMA SITUAÇÃO DO SEU DIA A DIA...

Eu posso ser gentil quando:

Uma vez alguém foi gentil comigo quando:

CORRENTE DE GENTILEZA

Instruções:

- 1 Faça um gesto de gentileza com alguém (ajudar, elogiar, cuidar).
- 2 Quem recebe faz o mesmo com outra pessoa.
- 3 Continue até que todos(as) participem da corrente.

No final, conversem:

- Como você se sentiu?
- Foi fácil ou difícil ser gentil?

PALAVRAS MACHUCAM

O que parece pouco
pode marcar muito

No dia a dia, muitas coisas são ditas como “brincadeira”.

Às vezes, vêm em forma de risadas, apelidos ou comentários sobre o corpo, a roupa ou o jeito de alguém.

Mas será que toda brincadeira é mesmo engraçada?

Algumas palavras podem parecer pequenas, mas podem machucar por dentro.

Outras podem acolher, apoiar e fazer alguém se sentir bem.

Nem sempre é fácil perceber a diferença.



Por isso, nesta parte, vamos pensar juntos sobre algo muito importante:

O jeito como falamos com as pessoas e o cuidado que devemos ter com nossas palavras.

Porque respeitar também é saber quando falar...
e quando é melhor não dizer.

A PIADA QUE NÃO FOI ENGRAÇADA

Era hora do futebol, e a turma estava reunida se organizando.

De repente, um grupo começou a rir:

— Já sei, você vai ser a bola! — disse Lucas olhando para Lívia.

Alguns riram. Outros(as) ficaram em silêncio.

Lívia também riu, mas por dentro ficou estranha...

Não sabia se aquilo era brincadeira ou se estavam rindo dela.

Maria percebeu e disse:

— Ei, isso não foi legal.

Então Lucas respondeu:

— Ah, foi só uma brincadeira!

A professora, que estava por perto, se aproximou e perguntou:

— Se fosse com você, ia achar engraçado?

O grupo ficou quieto.

Ela continuou:

— O nosso corpo é parte de quem somos. Quando fazemos piadas sobre o corpo de alguém, podemos machucar, mesmo sem querer.

Lívia respirou fundo.

Dessa vez, alguém tinha percebido.

Perguntas para pensar!

1. Por que Lívia riu mesmo não gostando?
2. Você já passou por alguma situação em que alguém comentou algo sobre seu o seu corpo?
3. Como saber se algo é brincadeira ou machuca?

UM TRIO, MUITAS LIÇÕES,

Em uma aula de jogos, a professora propôs uma atividade em trio.

— Hoje vocês vão trabalhar em grupos de três! — anunciou.

Rapidamente, a sala começou a se movimentar. As crianças foram se organizando, chamando amigas e amigos, puxando cadeiras... até que, quando quase todos já estavam em grupos, sobraram apenas três: Lua, Maya e Téó.

A professora se aproximou e disse com naturalidade:

— Pronto! Vocês três podem formar um trio.

Mas, antes mesmo que alguém se movesse, Téó cruzou os braços e respondeu:

— Eu não quero fazer trio com elas. Elas são meninas.

Lua olhou para Maya e, em vez de discordar, disse:

— Eu também não quero fazer trio com ela... o cabelo dela é feio.

Maya abaixou a cabeça. Seu cabelo crespo estava preso em um coque alto, com alguns fios soltos formando um volume bonito ao redor do rosto. Mesmo assim, ela ficou em silêncio.

A professora percebeu que ali não era apenas uma dificuldade de formar grupo — havia algo mais sério acontecendo.

Ela pediu que todos parassem por um momento e chamou a atenção da turma:

— Antes de continuarmos, precisamos conversar.

A sala foi se aquietando.

A professora olhou primeiro para Téó:

— Quando você diz que não quer fazer grupo com alguém por ser menina, isso é um tipo de preconceito. Meninas e meninos podem aprender juntos(as), brincar juntos(as), pensar juntos(as). Ninguém é melhor ou pior por ser menino ou menina.

Depois, se voltou para Lua:

— E quando você diz que o cabelo da Maya é feio, estamos falando de algo ainda mais sério. O cabelo crespo faz parte da identidade de muitas pessoas. Dizer que ele é feio não é só uma opinião, isso está ligado a uma história de desvalorização que vem do racismo.

A turma ficou em silêncio, atenta.

A professora continuou:

— Durante muito tempo, a sociedade ensinou que só um tipo de cabelo era bonito. Mas isso não é verdade. Existem muitas formas de beleza, e o cabelo crespo é uma delas. Ele é bonito, forte e cheio de significado. E mais importante: desrespeitar alguém por causa disso é racismo e racismo é crime.

Maya levantou os olhos lentamente.

A professora então concluiu:

— Aqui na nossa sala, ninguém vai ser excluído por ser quem é, nem por ser menina, nem pelo seu cabelo, nem por qualquer outra característica. Nós vamos aprender juntos(as), com respeito.

Ela olhou novamente para os(as) três:

— Agora, quero que vocês tentem fazer esse trio funcionar. Mas não só por obrigação... e sim com a chance de conhecer melhor uns aos outros.

Houve um pequeno silêncio.

Téo descruzou os braços. Lua olhou para Maya, ainda um pouco sem jeito.

Devagar, o trio puxou as cadeiras.

Não foi perfeito, nem imediato. Mas foi um começo.

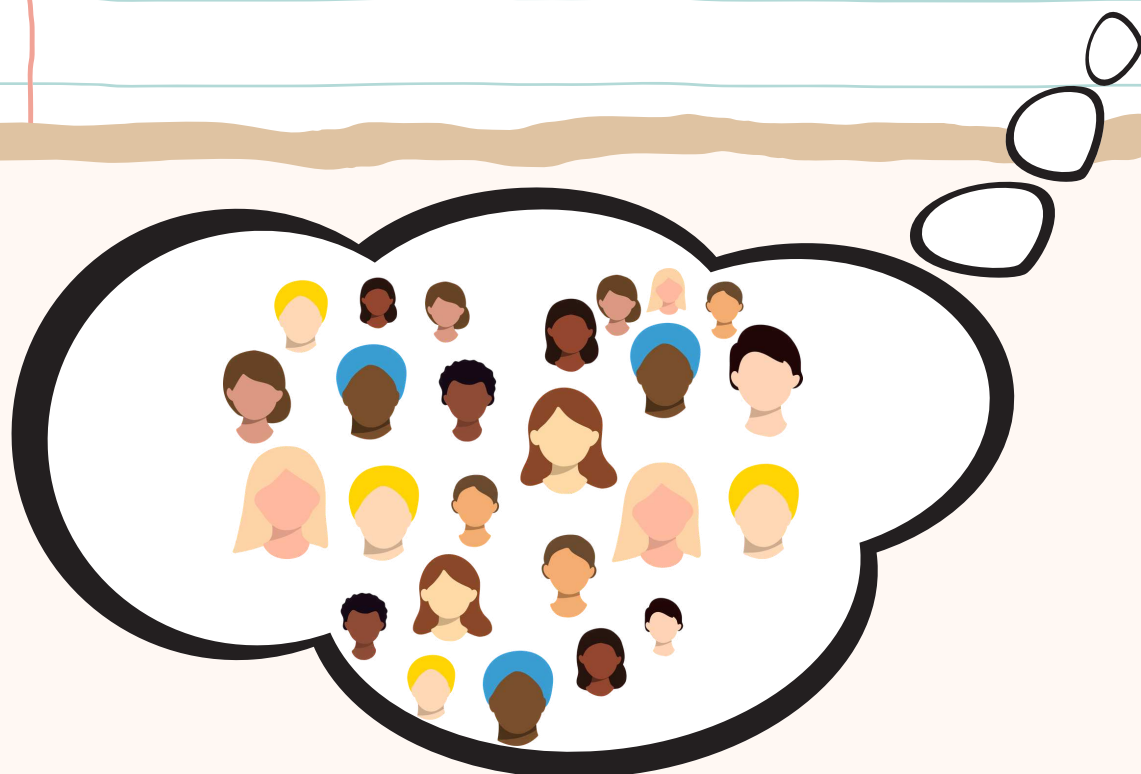
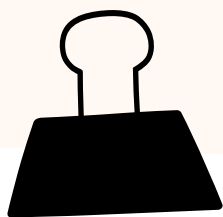
Perguntas para pensar!

1. Por que Téo e Lua não quiseram fazer o trio, e o que isso nos mostra sobre como, às vezes, aprendemos a julgar as pessoas sem realmente conhecê-las?
2. Como você acha que Maya se sentiu ao ouvir aqueles comentários, e o que poderíamos fazer, no lugar dela ou dos(as) colegas, para que ninguém se sinta excluído(a)?
3. De onde vêm ideias como “meninas não podem” ou “cabelo crespo é feio”, e como nós podemos agir para não repetir esses pensamentos no nosso dia a dia?

Vamos praticar!

Escreva sobre como você percebeu as diferenças entre as crianças das histórias (como o cabelo, o corpo, o jeito de ser, o fato de serem meninas e meninos).

Como você se sentiu ao ver essas diferenças? Elas fizeram você pensar em algo importante? Explique com suas palavras.



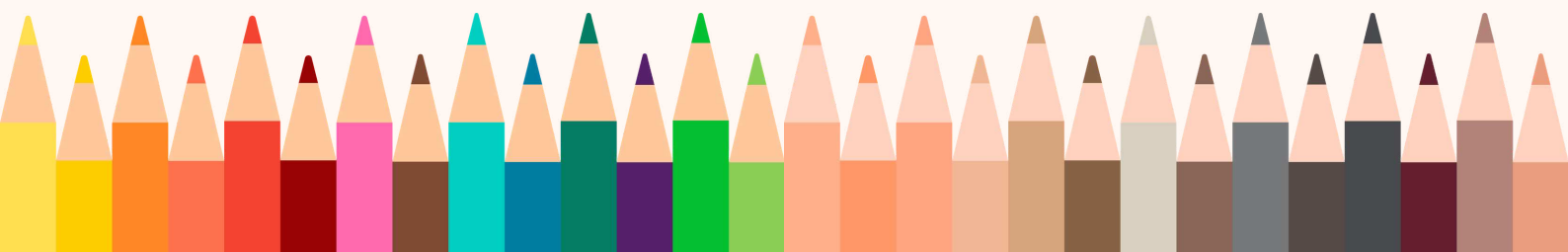
Vamos praticar!



Pinte a cena com bastante atenção e criatividade, valorizando as diferenças entre as crianças.

Use diferentes tons de pele para representar a diversidade e escolha cores bonitas e variadas para as roupas, cabelos e acessórios.

Lembre-se: todas as formas de ser são bonitas, e sua pintura deve mostrar um ambiente alegre, respeitoso e cheio de cores!



MEU CORPO ESTÁ MUDANDO,

Crescer faz parte

Nosso corpo muda conforme crescemos.

Isso acontece na puberdade, uma fase natural da vida.

Algumas pessoas crescem mais rápido.

Outras mudam mais devagar.

Cada corpo tem seu tempo.

E está tudo bem.

Essas mudanças fazem parte de quem você está se tornando.

Não existe um jeito “certo” ou “errado” de mudar.



Mas atenção!!!

- Não é legal rir ou fazer comentários sobre o corpo de alguém
- Cada pessoa pode se sentir diferente com as mudanças
- O que é brincadeira para um pode machucar o outro



RESPEITO E CUIDADO,

Meu corpo e o corpo do outro

O corpo de cada pessoa merece respeito.

Isso significa cuidar de si e também respeitar os(as) outros(as).

Você pode:

- respeitar seus limites
- dizer “não” quando algo incomoda
- cuidar da sua higiene e saúde

E também:

- respeitar o espaço do(a) outro(a)
- pedir permissão antes de tocar
- tratar todos(as) com cuidado e atenção



Respeitar o corpo é cuidar de si e das outras pessoas!

- Ninguém deve tocar no seu corpo sem sua permissão
- Você também não deve tocar no corpo de alguém sem perguntar
- Comentários sobre o corpo ou aparência podem causar vergonha ou desconforto
- Se alguém ultrapassar seus limites ou fizer você se sentir desconfortável, fale com um(a) adulto(a) de confiança
- Nunca guarde seus medos, dúvidas ou desconfortos em segredo, pois pedir ajuda é um jeito de se cuidar

O COMENTÁRIO INCÔMODO,

Era aula de ginástica, e a turma estava fazendo alongamentos.

Enquanto todos(as) se organizavam, um aluno comentou em voz alta:

— Olha a roupa dela, é muito pequena!

Alguns riram.

A menina ficou parada por um instante. Ela gostava daquela roupa, era confortável para se movimentar... mas, naquele momento, sentiu um aperto no peito e ficou desconfortável.

A professora, que ouviu o comentário, se aproximou com calma.

— Vamos parar um pouquinho — disse ela.

A turma ficou em silêncio.

— Comentários sobre o corpo ou a roupa de alguém podem deixar a pessoa constrangida — explicou. — Mesmo que pareça brincadeira.

O aluno abaixou a cabeça.

A professora continuou:

— O corpo de cada pessoa merece respeito. E a gente não deve olhar ou falar do corpo do outro de um jeito que faça alguém se sentir mal.

A menina respirou fundo.

O clima na aula ficou mais tranquilo, e todos(as) voltaram às atividades com mais cuidado.

Naquele momento, a turma entendeu algo importante:

- O corpo de cada pessoa merece respeito.
- E pensar antes de falar também é uma forma de cuidar do(a) outro(a).

Vamos praticar!

Leia com atenção, encontre e circule as palavras que estão em destaque no texto.

Atitudes do dia a dia relacionadas ao cuidado com o corpo e respeito ao(a) outro(a):

- Pedir **permissão** antes de abraçar, tocar ou brincar de contato
- **Ajudar** alguém que está se sentindo desconfortável
- Avisar um adulto de **confiança** se algo não estiver legal
- Respeitar quando alguém diz “**não**”
- **Ouvir** o(a) outro(a) com atenção
- **Pensar** antes de falar
- Evitar **apelidos** que possam machucar
- Usar roupas **confortáveis**
- Falar com **respeito**, sem rir ou zombar dos(as) outros(as)
- Não fazer comentários sobre o **corpo** ou **aparência** de outras pessoas
- Cuidar da **higiene** (tomar banho, escovar os dentes, usar roupas limpas)
- Respeitar o **espaço** do(a) outro(a) (não invadir, não empurrar, não puxar)

I E T R C D D I C T I E M O S C L T D P Y C
W I S O O T U S A T A L N D I H O R E O E O
A H D H O A E J L S M O I O H O W R T I T G
V E Y E L O L N O S F T H N E N M H P L H D
S L Y A T E R Ã I H R E S P E I T O D O T S
O O U V I R O O I D E D E V S U H S W O W T
I T C O N F O R T Á V E I S F E I H O D V E
R T O H S T R O D A O C Ã A U S G B O R O H
S S E T H A P E L I D O C N E H I G T M D H
T E T D E T S Y B P E N S A R H E S P A Ç O
A S S I V T N T S T A F T A A A N E N T R N
S T A E I S G F B T J I W M I V E I E K O L
S S D R E T N F W O U A P A R Ê N C I A B I
Z S T F W O I I E T D N R O A M H L I L H E
A E G M H R G W R H A Ç O N T E I R T N C C
T W U D R O I G O L R A S M E R E A E C H P

Dica: As palavras deste caça palavras estão escondidas na horizontal, vertical e diagonal, sem palavras ao contrário.

AMOR E FORMAS DE SER

As pessoas são diferentes umas das outras e isso também acontece com os sentimentos.

Algumas pessoas gostam de meninos.

Outras gostam de meninas.

Algumas gostam dos dois.

E outras ainda estão descobrindo o que sentem.



Tudo isso faz parte da sexualidade, que tem a ver com quem a gente gosta, como a gente se sente e como a gente se entende.

O mais importante é lembrar:

o amor pode existir de várias formas, e todas merecem respeito.

O que significa LGBTQIAPN+?

Essa sigla reúne diferentes formas de ser e amar. Veja de forma simples:

L – Lésbicas: mulheres que gostam de mulheres.

G – Gays: homens que gostam de homens.

B – Bissexuais: pessoas que gostam de mais de um gênero.

T – Trans: pessoas que não se identificam com o gênero que lhes foi dado ao nascer, podem ser transgênero, transexual ou travesti.

Q – Queer: pessoas que não se encaixam em um único jeito de ser.

I – Intersexo: pessoas que nascem com características corporais e sexuais variadas.

A – Assexuais: pessoas que não sentem atração sexual.

P – Pansexuais: pessoas que podem gostar de outras independentemente do gênero.

N – Não-binárias: pessoas que não se identificam apenas como menino ou menina.

+ – Representa outras formas de identidade e de amor.

Observação – **Cisgêneros:** são pessoas que se identificam com o gênero que lhes foi dado ao nascer. **Heterossexuais:** são pessoas que gostam de pessoas de um gênero diferente do seu próprio gênero.

VAMOS PRATICAR

Leia com atenção cada afirmativa e marque se ela é verdadeira ou falsa.

A sigla LGBTQIAPN+ representa diferentes formas de identidade e de como as pessoas podem sentir e expressar o amor.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Todas as formas de amor e de ser devem ser respeitadas, mesmo que sejam diferentes das nossas.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Se uma pessoa é diferente da maioria, ela deve mudar para se encaixar melhor no grupo.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Tudo bem fazer piadas sobre a forma como alguém gosta ou se identifica, porque é só brincadeira.

☐ Verdadeiro

☐ Falso

Converse com um(a) colega, familiar ou professor(a) sobre suas respostas, explicando por que marcou cada uma.

Ouç a opinião da outra pessoa e pense se você concorda ou mudaria alguma resposta.

Respeite as ideias do(a) outro(a) e escute com atenção!

O objetivo é aprender juntos(as).

VIOLÊNCIA NUNCA É O CAMINHO,

Ninguém merece ser machucado, humilhado ou tratado com desrespeito.

A violência nunca é a solução!

Infelizmente, muitas pessoas ainda sofrem violência por causa de quem são: por serem meninas ou meninos, pela cor da sua pele ou por quem amam.

Isso mostra que ainda precisamos aprender muito sobre respeito.

Mas a boa notícia é que podemos mudar essa realidade.

Cada atitude faz diferença:

- respeitar o(a) outro(a)
- não aceitar piadas ou ofensas
- ajudar quem precisa
- tratar todos(as) com cuidado



Um mundo melhor começa nas pequenas ações do dia a dia.

E cada um de nós pode fazer parte dessa mudança.

Quando pensamos em violência, muitas vezes lembramos de brigas ou agressões físicas.

Mas existem outras formas de violência que também machucam:

- **Violência física:** bater, empurrar, machucar o corpo.
- **Violência verbal:** xingar, gritar, humilhar.
- **Violência psicológica:** ameaçar, excluir, fazer alguém se sentir inferior.
- **Violência simbólica:** quando ideias e atitudes fazem parecer que algumas pessoas valem menos que outras.
- **Violência sexual:** tocar o corpo de alguém sem permissão, fazer comentários ou brincadeiras com conteúdo sexual que causem desconforto, ou qualquer situação em que uma pessoa não respeite os limites do corpo da outra.

Às vezes, essas violências acontecem em forma de “brincadeira”, mas ainda assim podem causar dor.

Vamos praticar!

Leia as perguntas com atenção e responda com suas palavras:



Pensando sobre respeito e violência...

1. Por que a violência não resolve os problemas?

2. Você já viu ou ouviu alguma situação de desrespeito?

O que aconteceu?

3. O que podemos fazer quando alguém é tratado de forma injusta?

4. Como podemos ajudar a tornar esse espaço um lugar mais seguro para todos(as)?

SUGESTÃO DE LIVROS,

Para aprender mais...



Tudo bem ser diferente - Todd Parr: aborda, de forma simples e divertida, temas importantes como diferenças, adoção, separação, deficiência e preconceito, ajudando as crianças a compreender e respeitar a diversidade.



De menina ou de menino? - Cacá Melo: mostra que não existe coisa “de menino” ou “de menina”. Todo mundo pode brincar do que quiser, como boneca, carrinho, skate ou dança. O importante é escolher o que você gosta e se divertir!



Meu corpo, meu corpinho - Roseli Mendonça: ensina, de forma divertida, que o nosso corpo é importante e precisa de cuidado, respeito e proteção. Ele também mostra que devemos prestar atenção aos nossos limites e nos cuidar em todos os lugares.

SUGESTÃO DE LIVROS,

Para aprender mais...



Não me toca, seu boboca! – Andrea Viviana Taubman: conta a história de Ritoca, que aprende a reconhecer situações perigosas e a proteger seu corpo. De forma leve, ensina que ninguém pode tocar na gente sem permissão e mostra como se cuidar e pedir ajuda.



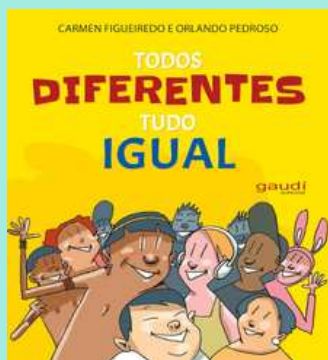
Meu corpo pode – Katie Crenshaw e Ady Meschke: ensina que o corpo de cada menina é especial do jeitinho que é. Ele mostra que ninguém precisa mudar para ser “perfeita” e que o mais importante é se amar, se cuidar e se sentir bem consigo mesma.



Neguinha, sim! – Renato Gama: conta a história de uma menina negra muito feliz, que ama sua aparência e sua história. Ele celebra a beleza, a cultura e a força das crianças negras, com muita alegria e música.

SUGESTÃO DE LIVROS,

Para aprender mais...



Todos diferentes, tudo igual - Carmen Figueiredo e Orlando Pedrosa: o livro faz uma viagem pelo Brasil mostrando que as pessoas vivem de jeitos diferentes, mas também têm muitas coisas em comum. Ele ensina que, mesmo sendo diferentes, todos nós podemos nos entender e conviver bem.



Menino, menina - Joana Estrela: mostra, de forma poética e divertida, que cada pessoa é única e não precisa caber em rótulos. Ele ensina que existem muitas formas de ser, vestir, gostar e viver, e que devemos respeitar e valorizar essas diferenças.



Do jeito que a gente é - Márcia Leite: conta a história de Chico e Beá, dois jovens que enfrentam inseguranças e desafios para serem quem realmente são. Juntos(as), ele e ela aprendem a ter coragem, se aceitar e viver com mais verdade, mesmo quando isso não é fácil.

O que ficou comigo?

Depois de ler, pensar, conversar e participar das atividades desta cartilha... é hora de olhar para dentro e perceber o que você aprendeu.

Pense com calma:

- O que mais chamou sua atenção?
- Teve alguma história que fez você pensar diferente?
- Você aprendeu algo novo sobre respeito, diferenças ou sobre você mesmo(a)?

Agora é com você:

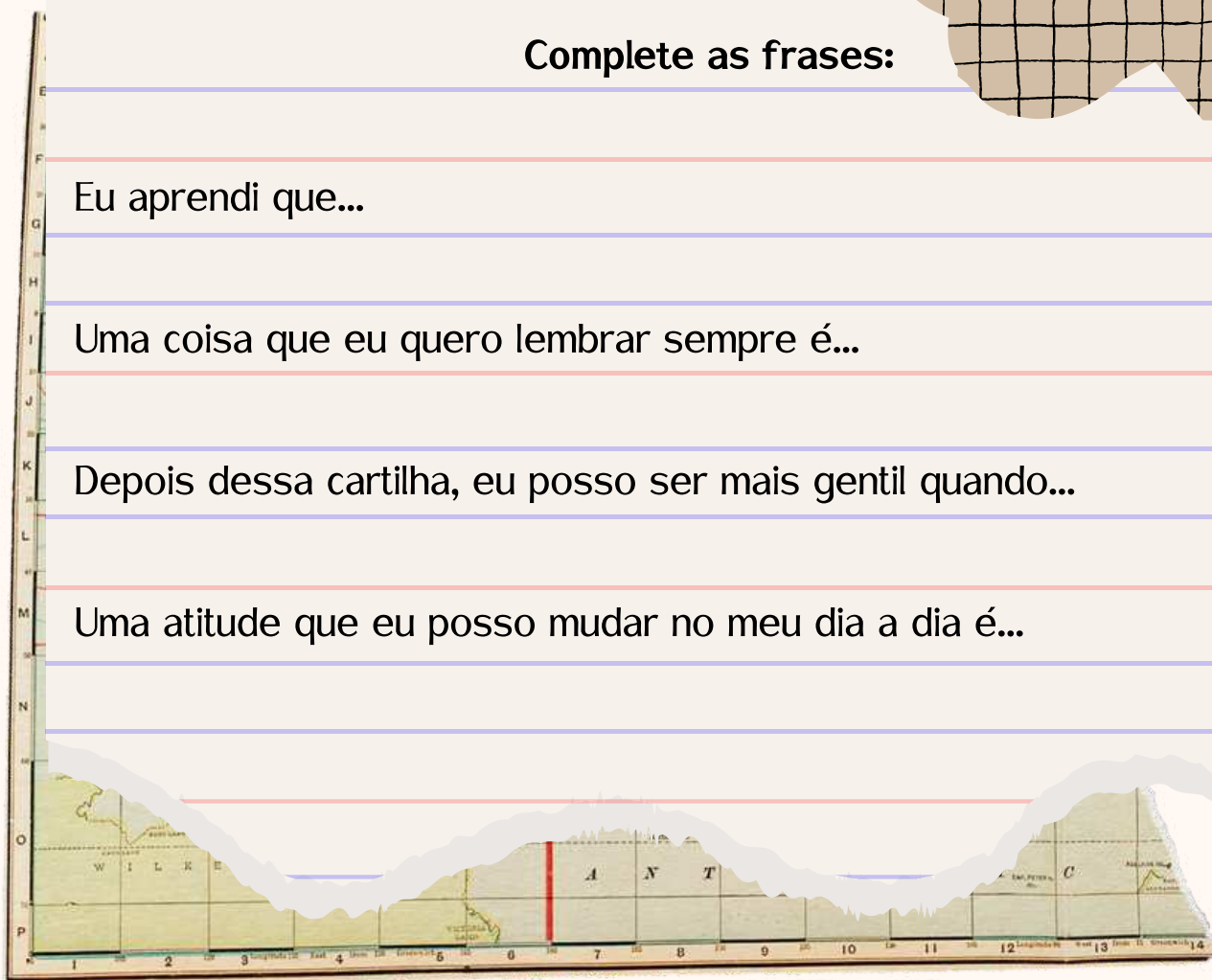
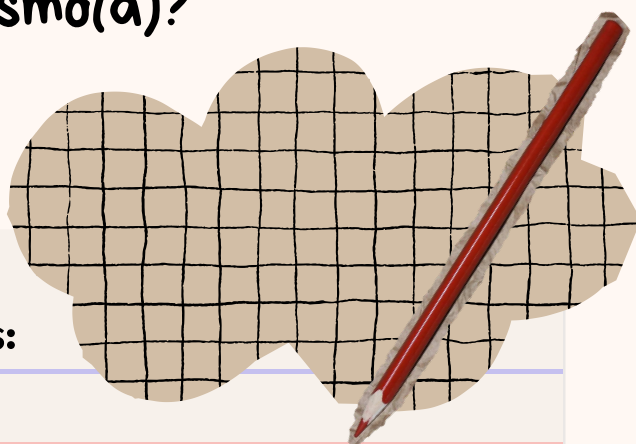
Complete as frases:

Eu aprendi que...

Uma coisa que eu quero lembrar sempre é...

Depois dessa cartilha, eu posso ser mais gentil quando...

Uma atitude que eu posso mudar no meu dia a dia é...





certificado

Este certificado é para:

(Seu nome completo)

Por ter participado, aprendido, pensado e sentido com a cartilha EntreNós sobre respeito, diferenças e equidade.

Durante esse caminho, você mostrou que:

- Aprendeu a respeitar os diferentes jeitos de ser
- Entendeu que brincar, aprender e sonhar é para todos(as)
- Percebeu que palavras e atitudes fazem diferença
- Descobriu que gentileza não tem gênero
- E que um mundo melhor se constrói com pequenas ações

Hoje, você se torna parte do **EntreNós**: uma rede de pessoas que acreditam no respeito, na inclusão, no cuidado e na valorização das diferenças.

Continue sendo quem você é!
Continue cuidando de si e dos(as) outros(as)!
Continue fazendo a diferença!

Data: ____ / ____ / ____

Assinado por: *Layanny Scarlett*



ATÉ LOGO!



Chegamos ao final desta aventura!

Aprendemos que cada pessoa é única, que brincar, sentir e sonhar não tem gênero e que respeitar e cuidar do outro é uma superpoder incrível.

Seja gentil, sorria, ajude, abrace as diferenças e celebre quem você é!

O mundo fica mais colorido e divertido quando cada um de nós espalha respeito, carinho e coragem.

Então siga em frente, leve essas ideias para a escola, para casa, para o parque, para qualquer lugar que você for...

E nunca se esqueça:



*ser você é a melhor
aventura de todas!*



Sobre a autora

Layanny



Quem sou...

Meu nome é Layanny Scarlett, sou uma mulher cisgênero e bissexual. Nasci e cresci em Fortaleza, no Ceará, uma cidade linda onde vivo e trabalho até hoje. Meu esporte preferido é o rugby, gosto muito de assistir e praticar. Em casa, tenho quatro companhias muito especiais: meu companheiro Romulo, minhas gatinhas, Zuri e Maya, e minha cachorrinha Lina, que é bem fofa. Adoro brincar com elas! Também gosto muito de cuidar de plantas. Tenho várias no meu jardim, que é cheio de cores e vida.

O que faço...

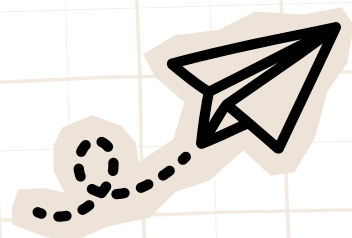
Sou professora de Educação Física. Trabalho com crianças de 6 a 12 anos, nas séries iniciais do ensino fundamental. Nas minhas aulas a gente aprende sobre tudo que faz parte das práticas corporais: a origem, as histórias, as regras, os movimentos, a cultura, os assuntos do nosso tempo. Mas também aprendemos outras coisas muito importantes... como respeitar, ajudar, ouvir, dividir e cuidar uns(as) dos(as) outros(as). Porque, no fim das contas, o movimento também ensina a gente a ser gente.

Fale comigo...

Se você quiser saber um pouco mais sobre esse trabalho ou entender melhor esta cartilha, pode falar comigo. É só me escrever:

layannyscarlett@gmail.com

FICHA TÉCNICA



Teles, Layanny Scarlett Araújo.

EntreNós: uma cartilha sobre equidade de gênero e outras coisinhas / Layanny Scarlett - Fortaleza, 2026.

Produto educacional (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional - ProEF) - Universidade Federal do Ceará, Instituto de Educação Física e Esportes, Fortaleza, 2026.

!! Orientador: Prof. Dr. Luciano Nascimento Corsino.

Dissertação: Perspectivas discentes sobre as relações de gênero a partir de uma proposta de intervenção pedagógica coeducativa na Educação Física escolar.

Projeto gráfico e ilustrações: desenvolvidos na plataforma Canva, com utilização de elementos visuais disponíveis na plataforma e imagens geradas com auxílio de inteligência artificial (Gemini e Canva).

1. Gênero. 2. Coeducação. 3. Educação Física Escolar.





Entre Nós

Layanny Scarlett



uma cartilha sobre equidade
de gênero e outras coisinhas