

Educação para paz e direitos humanos

MATERIAL DE APOIO PARA EDUCADORES

VIOLÊNCIAS E CULTURA DE PAZ





SOBRE O TTB

Este material foi desenvolvido pelo <u>Think Twice Brasil</u> (TTB) para apoiar educadores a ampliarem o diálogo com os jovens sobre violências e cultura de paz.

O TTB é uma organização de impacto social fundada em 2013, com a missão de promover Educação para Paz e Direitos Humanos para interromper ciclos de violência e desigualdade.

Promovemos pesquisa, estratégias e formações em direitos humanos, cultura de paz e não violência para lideranças de todos os setores, com ênfase para servidores públicos e sociedade civil. Mais de 10.000 pessoas já vivenciaram, virtual e presencialmente, nossas jornadas de aprendizagem.

Para mais informações sobre nossa atuação, acesse <u>www.ttb.org.br</u> ou escreva para contato@ttb.org.br.



SUMÁRIO

Introdução	1
Recomendações aos Educadores	2
Plano de aula 1 Compreendendo as violências e os impactos individuais	5
Plano de aula 2 Violência estrutural e impactos coletivos	7
Plano de aula 3 Violência digital e ciberbullying	9
Plano de aula 4 Direitos humanos: o que e pra quem?	11
Plano de aula 5 Construindo uma Cultura de Paz	13
Anexo I Definições de violência (aula 1)	15
Anexo II Bingo dos Direitos Humanos (aula 5)	16





INTRODUÇÃO

Este material tem o objetivo de apoiar educadores do ensino médio a dialogarem sobre violências e construção de paz com os jovens, criando um espaço seguro e responsável para refletir sobre os desafios enfrentados e as soluções possíveis.

Neste material, você encontrará planos de aula cuidadosamente elaborados sobre o que é violência em suas diversas manifestações. Além disso, abordaremos a importância de compreender os direitos humanos como garantia da dignidade e proteção de todas as pessoas, bem como estratégias para promover a construção de uma cultura de paz em nossas comunidades escolares e além delas.

Esse documento reúne 5 planos de aula com sugestões de leitura e atividades para facilitar conversas sobre o tema, além de recomendações para a preparação dos educadores. Para acessar material complementar e aprofundado sobre esse tema, recomendamos que você se inscreva gratuitamente na <u>Escola de Mudadores</u> e percorra a trilha de aprendizagem.

Esperamos que esse material possa guiar conversas transformadoras, capazes de ampliar o conhecimento de jovens e educadores sobre como enfrentar a violência em suas variadas formas e fortalecer vínculos de segurança e cuidado.

Como usar este material?

Os planos de aulas sugeridos foram pensados para serem aplicados na sequência, permitindo que educadores e jovens se envolvam em um processo contínuo de reflexão e observação.

Sabemos que cada escola está inserida em um contexto econômico, social e político específico, por isso, encorajamos você a fazer os ajustes e/ou inserções necessários para aproximar o conteúdo dos estudantes.

Queremos muito ouvir suas sugestões e impressões sobre como foi facilitar essas atividades em sala de aula. Acesse o link abaixo ou escaneie o QR code e nos conte em 1 minuto como foi essa experiência: https://forms.gle/qg6fMQLDnpqck8RU8







Antes de mais nada, agradecemos o seu compromisso e a sua dedicação! Abaixo, preparamos breves recomendações para te apoiar antes, durante e depois a aplicação dos planos de aula.

Antes das aulas

Investigue como você se sente quando pensa sobre violência.

Todos nós temos alguma experiência com a violência e isso vai influenciar como conversamos sobre o tema. Dedique algum tempo para refletir sobre as suas memórias, a sua história e como você se sente quando pensa ou fala sobre isso.

Observe o contexto em que você e a comunidade escolar estão inseridas.

Cada um de nós tem uma relação única com a violência, mas algumas pessoas e grupos estão mais sujeitas a ela. Observe quais são os principais desafios enfrentados pelas pessoas que compõem a comunidade escolar (professores, funcionários, estudantes e responsáveis)

Consulte as políticas e processos de segurança da escola.

Informe-se sobre como você deve agir caso tenha acesso a informações sobre abusos e violações relatadas pelos estudantes ou por outras pessoas da comunidade escolar. É importante que a escola tenha políticas e processos claros sobre como esses casos devem ser tratados, mas caso não tenha, busque apoio de um profissional especializado no tema.

Reúna informações essenciais sobre serviços de apoio.

Tenha consigo as informações básicas sobre serviços de apoio ao enfrentamento da violência na sua região, tais como delegacias especializadas em violência contra a mulher, organizações sociais que prestam apoio a vítimas de violência, defensoria pública e centros de assistência psicossocial.

Durante as aulas

Convide os estudantes a estarem presentes e observarem suas emoções.

Sugira aos jovens que observem como estão se sentindo no dia, física e emocionalmente, e que estejam presentes para perceber eventuais mudanças de humor ao longo das atividades. Exercícios de respiração profunda e pausas silenciosas são boas ferramentas para apoiar estudantes e educadores a estarem mais atentos a suas emoções.



Construa com os estudantes um quadro de acordos.

Antes de iniciar as atividades, dedique tempo para construir com o grupo quais são os acordos que deverão ser respeitados. Não usar palavras ofensivas, aguardar o tempo de fala do outro e manter sigilo sobre os compartilhamentos são algumas sugestões. Registre os acordos em um quadro visível para todos e faça adições ou ajustes sempre que necessário.

Observe atentamente o comportamento dos estudantes presentes.

Tratar sobre temas sensíveis pode gerar emoções controversas e complexas. Exercite o seu olhar e sensibilidade para identificar estudantes que possam estar desconfortáveis com a atividade e reserve tempo após a aula para checar como eles estão individualmente.

Evite manifestar julgamentos ou conselhos sobre os relatos que surgirem.

Para que as conversas sejam seguras e confortáveis para todos os participantes, é importante que ninguém se sinta julgado ou intimidado a compartilhar seus relatos. Uma troca respeitosa e compreensiva em si já é uma ferramenta poderosa para enfrentar a violência.

Intervenha sempre que surgirem desinformações, ofensas ou comunicação violenta.

Modere a conversa e intervenha com gentileza quando notar que estão sendo compartilhadas informações incorretas que podem ser nocivas ou se a forma de comunicação for inadequada. Traga dados e exemplos que possam ilustrar o tema.

Permita que a atividade seja conduzida principalmente pelos estudantes.

Prepare a aula reservando tempo suficiente para a escuta dos jovens, a troca de reflexões e a consolidação das descobertas do grupo. Considere respeitosamente todas as contribuições. Se possível, organize as cadeiras e mesas em formato de meio círculo, permitindo que todos possam se enxergar durante a atividade.

Conclua com ações propositivas e que possam ser facilmente implementadas.

Encerre as atividades com ideias de ações possíveis de serem implementadas para enfrentar os desafios discutidos. Convide os estudantes para identificar ações e mudanças sobre as quais podem se responsabilizar individualmente e também que devam ser assumidas por todo o grupo e comunidade escolar.

Após as aulas

Crie espaço para conversas individuais com os estudantes.

Converse individualmente com os estudantes que possam estar lidando com emoções intensas ou que tenham compartilhado experiências pessoais relacionadas à violência. Ofereça apoio contínuo e, se for o caso, comunique os responsáveis e encaminhe os casos aos profissionais adequados.



Reforce o ambiente de apoio entre os estudantes e a comunidade escolar.

Certifique-se de que os estudantes saibam como acessar recursos de apoio caso precisem de suporte adicional. Reforce informações sobre serviços de aconselhamento, apoio psicológico e organizações da sociedade civil que lidam com violência.

Monitore e avalie o impacto das atividades.

Faça uma avaliação informal para entender como os estudantes responderam à discussão sobre violência, inclusive perguntando suas opiniões sobre as atividades. Isso pode ser feito por meio de uma roda de conversa e questionários anônimos. Use essas informações para validar e ajustar o que for preciso nas atividades.



COMPREENDENDO AS VIOLÊNCIAS E SEUS IMPACTOS INDIVIDUAIS

Objetivo:

Refletir sobre as diferentes formas de violência e investigar os seus impactos na vida de quem as vive ou testemunha.

Duração:

1 hora

Recursos necessários:

- Quadro branco ou flip chart.
- Marcadores coloridos.
- Folhas de papel em branco.
- Canetas.
- Versões impressas do Anexo I Tipos de Violência

Referências:

- <u>Violências: lembrando alguns conceitos</u> Lívia de Tartari e Sacramento e Manuel Morgado Rezende
- <u>Tipos de Violência</u> Instituto Maria da Penha

Estrutura da aula:

Boas-vindas - 10 minutos

- Receba os estudantes com afeto e peça para que respondam em uma única palavra como estão se sentindo.
- Convide-os a um breve exercício de respiração profunda. Peça a todos que encontrem uma posição confortável na cadeira, fechem os olhos e concentrem-se em suas respirações ao longo de 1 minuto, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Informe-os gentilmente sobre o fim do exercício.
- Crie em conjunto com os estudantes um Quadro de Acordos, pedindo aos estudantes que compartilhem quais são as regras que devem ser respeitadas ao longo da atividade. Deixe o quadro visível para todos.

Introdução - 10 minutos

- Introduza o tema da aula.
- Convide os estudantes para definirem o que entendem por violência e encoraje a participação de todos.
- Escreva as palavras-chave no quadro.

Atividade em grupos - 30 minutos

- Divida a turma em grupos de 3 a 5 estudantes.
- Distribua uma versão impressa do Anexo I Tipos de Violência para cada grupo.



- Atribua a cada grupo um tipo específico de violência: violência física, verbal, psicológica, sexual, moral, digital e patrimonial.
- Convide os grupos a discutirem e criarem uma lista com exemplos do tipo de violência designada.
- Após a discussão, convide um representante de cada grupo para compartilhar a lista com toda a turma e registre no quadro as principais palavras.
- Ao final da apresentação de cada grupo, pergunte se os demais estudantes têm outros exemplos sobre o tipo de violência discutido. Acrescente os exemplos no quadro.

Conclusão - 10 minutos

- Reúna a turma e convide os estudantes a compartilharem como se sentiram durante a atividade e quais descobertas fizeram.
- Convide os estudantes a sugerirem comportamentos ou intervenções que podem enfrentar os diferentes tipos de violência. Registre as ideias no quadro.
- Pergunte à turma o que acharam da atividade e peça sugestões sobre como gostariam de continuar debatendo esse tema.
- Convide os estudantes a observarem com mais atenção como as violências se manifestam em suas vidas, seja nas relações, em seus comportamentos ou nos conteúdos que acessam na internet ou outros meios de comunicação.
- Agradeça a participação de todos e coloque-se à disposição para conversas individuais.

Suas anotações:



6

VIOLÊNCIA ESTRUTURAL E SEUS IMPACTOS COLETIVOS

Objetivo:

Investigar as origens da violência, sua característica estrutural e seus impactos em toda a sociedade.

Duração:

1 hora

Recursos necessários:

- Quadro branco ou flip chart.
- Marcadores coloridos.
- Folhas de papel em branco.
- Canetas.
- Recortes de jornal e revistas com notícias recentes envolvendo diferentes tipos de violência.

Referências:

- Atlas da Violência Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2023)
- <u>Tipos de violência e operações de paz</u> Politize
- Colonialidade e gênero Maria Lugones.
- Colonialidade do poder, Eurocentrismo e América Latina
 Anibal Quijano.
- Racismo Estrutural Silvio Almeida.

Estrutura da aula:

Boas-vindas - 5 minutos

- Receba os estudantes com afeto e peça para que respondam em uma única palavra como estão se sentindo.
- Convide-os a um breve exercício de respiração profunda. Peça a todos que encontrem uma posição confortável na cadeira, fechem os olhos e concentrem-se em suas respirações ao longo de 1 minuto, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Informe-os gentilmente sobre o fim do exercício.
- Relembre os acordos criados na aula anterior e mantenha o quadro visível para todos.
- Relembre os principais aprendizados da aula anterior e pergunte como os estudantes se sentiram ao longo dos dias após a atividade inicial e se gostariam de trazer reflexões sobre o tema discutido.

Introdução - 20 minutos

• Introduza o tema da aula.



- Convide os estudantes para trazerem suas opiniões sobre as causas e os impactos da violência e encoraje a participação de todos. Você pode começar utilizando as seguintes perguntas:
 - O que causa a violência?
 - Todas as pessoas experimentam a violência da mesma forma?
 - Qual o impacto da violência na vida das pessoas?
- Escreva as palavras-chave no quadro.

Atividade em grupos - 20 minutos

- Divida a turma em grupos de 3 a 5 estudantes.
- Defina brevemente o conceito de violência estrutural.
- Distribua os recortes de notícias sobre violência entre os grupos e convide-os a discutirem quais tipos de violência podem ser identificados e quem são as pessoas e grupos mais afetados por ela.
- Após a discussão, convide um representante de cada grupo para compartilhar a lista com toda a turma e registre no quadro as principais palavras.
- Ao final da apresentação de cada grupo, pergunte se os estudantes têm outros exemplos ou reflexões sobre o tema.

Conclusão - 15 minutos

- Reúna a turma e convide os estudantes a compartilharem como se sentiram durante a atividade e quais descobertas fizeram.
- Convide os estudantes a sugerirem comportamentos ou intervenções que podem enfrentar a violência estrutural. Registre as ideias no quadro.
- Pergunte à turma o que acharam da atividade e peça sugestões sobre como gostariam de continuar debatendo esse tema.
- Convide os estudantes a observarem com atenção como a violência estrutural se manifesta e quais pessoas e grupos são mais afetados.
- Agradeça a participação de todos e coloque-se à disposição para conversas individuais.



VIOLÊNCIA DIGITAL E CIBERBULLYING

Objetivo:

Refletir sobre como o conteúdo digital pode influenciar negativamente os comportamentos e relações dos jovens e habilitá-los a reconhecer e enfrentar o ciberbullying.

Duração:

1 hora

Recursos necessários:

- Quadro branco ou flip chart.
- Marcadores coloridos.
- Folhas de papel em branco.
- Canetas.

Referências:

- Algoritmos, violência e juventude no Brasil: rumo a um modelo educacional para paz e direitos humanos - Think Twice Brasil.
- Cyberbullying: O que é e como pará-lo UNICEF

Estrutura da aula:

Boas-vindas - 5 minutos

- Receba os estudantes com afeto e peça para que respondam em uma única palavra como estão se sentindo.
- Convide-os a um breve exercício de respiração profunda. Peça a todos que encontrem uma posição confortável na cadeira, fechem os olhos e concentrem-se em suas respirações ao longo de 1 minuto, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Informe-os gentilmente sobre o fim do exercício.
- Relembre os acordos criados e mantenha o quadro visível para todos.
- Relembre os principais aprendizados das aulas anteriores e pergunte como os estudantes se sentiram ao longo dos dias após a atividade inicial e se gostariam de trazer reflexões sobre o tema discutido.

Introdução - 5 minutos

- Introduza o tema da aula.
- Defina brevemente o conceito de ciberbullying.

Ciberbullying: É o comportamento intencional e agressivo que ocorre repetidamente contra uma vítima, onde há um desequilíbrio real ou percebido de poder, e onde a vítima se sente vulnerável e impotente para se defender. Fonte ONU/UNICEF



Atividade em grupos - 40 minutos

- Divida a turma em grupos de 3 a 5 estudantes.
- Distribua uma folha para cada grupo e peça que desenhem três colunas.
- Convide cada grupo a escrever na primeira coluna exemplos de ciberbullying que viveram ou que tiveram notícia por meio de amigos ou outros meios.
- Na segunda coluna, peça que os estudantes indiquem quais eram as principais características das vítimas (gênero, raça, orientação sexual, classe, e etc) e encoraje os grupos a identificar eventuais padrões.
- Na terceira coluna, convide os estudantes a refletirem e escreverem sobre como é possível prevenir e enfrentar o ciberbullying.
- Após a discussão, convide um representante de cada grupo para compartilhar as principais descobertas com toda a turma e registre no quadro as palavras-chave.

Conclusão - 10 minutos

- Reúna a turma e convide os estudantes a compartilharem como se sentiram durante a atividade e quais descobertas fizeram.
- Pergunte à turma o que acharam da atividade e peça sugestões sobre como gostariam de continuar debatendo esse tema.
- Convide os estudantes a observarem com atenção o conteúdo que produzem e acessam na internet, reportando eventuais casos de ciberbullying.
- Agradeça a participação de todos e coloque-se à disposição para conversas individuais.



DIREITOS HUMANOS: O QUE E PRA QUEM?

Objetivo:

Compreender o significado dos direitos humanos e ganhar habilidades para reconhecer abusos e violações.

Duração:

1 hora

Recursos necessários:

- Quadro branco ou flip chart.
- Marcadores coloridos.
- Canetas.
- Versão imprenssa do Anexo II Bingo dos Direitos Humanos conforme o número de estudantes.
- Recortes de jornal e revistas com notícias recentes envolvendo diferentes abusos e violações de direitos.

Referências:

- <u>Declaração Universal dos Direitos Humanos</u>
- <u>Direitos Humanos: Um guia para reflexão e diálogo</u> -Think Twice Brasil

Estrutura da aula:

Boas-vindas - 5 minutos

- Receba os estudantes com afeto e peça para que respondam em uma única palavra como estão se sentindo.
- Convide-os a um breve exercício de respiração profunda. Peça a todos que encontrem uma posição confortável na cadeira, fechem os olhos e concentrem-se em suas respirações ao longo de 1 minuto, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Informe-os gentilmente sobre o fim do exercício.
- Relembre os acordos criados e mantenha o quadro visível para todos.
- Relembre os principais aprendizados das aulas anteriores e pergunte como os estudantes se sentiram ao longo dos dias após a atividade inicial e se gostariam de trazer reflexões sobre o tema discutido.

Introdução - 20 minutos

- Introduza o tema da aula
- Convide os estudantes para que compartilhem qual é a primeira palavra que vem à cabeça quando ouvem o termo Direitos humanos.
- Escreva as palavras no quadro.
- Distribua uma versão impressa do Bingo dos Direitos Humanos a cada um dos estudantes e leia com a turma os 30 itens do documento.



Atividade em grupos - 20 minutos

- Divida a turma em grupos de 3 a 5 estudantes.
- Distribua os recortes de notícias entre os grupos e convide-os a identificarem no Bingo dos Direitos quais abusos e violações podem ter ocorrido nos casos noticiado, marcando um X sobre os artigos correspondentes.
- Peça que destaquem as principais características das vítimas (gênero, raça, orientação sexual, classe, e etc) e encoraje os grupos a identificar eventuais padrões.
- Após a discussão, convide um representante de cada grupo para compartilhar as principais descobertas com toda a turma e registre no quadro as palavras-chave.

Conclusão - 10 minutos

- Reúna a turma e convide os estudantes a compartilharem como se sentiram durante a atividade e quais descobertas fizeram.
- Pergunte aos estudantes se a compreensão que têm sobre os direitos humanos se manteve ou mudou após a atividade.
- Pergunte à turma o que acharam da atividade e peça sugestões sobre como gostariam de continuar debatendo esse tema.
- Convide os estudantes a observarem suas relações com os direitos humanos no dia a dia, ao se comportar, se relacionar e também ao acessar conteúdos e informações.
- Agradeça a participação de todos e coloque-se à disposição para conversas individuais.



CONSTRUINDO UMA CULTURA DE PAZ

Objetivo:

Compreender o significado da cultura de paz e desenvolver habilidades para comportamentos e relações baseados na não-violência.

Duração:

1 hora

Recursos necessários:

- Quadro branco ou flip chart.
- Marcadores coloridos.
- Canetas.
- Papéis autocolantes ou folhas sulfites cortadas em pequenos quadrados
- Folhas de papel em branco

Referências:

- <u>Discurso I Have a Dream</u> ("Eu tenho um sonho") do Rev.
 Martin Luther King Jr.
- <u>Guia Prático de Aplicação Local</u> Mulheres, Paz e Segurança - Think Twice Brasil

Estrutura da aula:

Boas-vindas - 5 minutos

- Receba os estudantes com afeto e peça para que respondam em uma única palavra como estão se sentindo.
- Convide-os a um breve exercício de respiração profunda. Peça a todos que encontrem uma posição confortável na cadeira, fechem os olhos e concentrem-se em suas respirações ao longo de 1 minuto, inspirando pelo nariz e expirando pela boca. Informe-os gentilmente sobre o fim do exercício.
- Relembre os acordos criados e mantenha o quadro visível para todos.
- Relembre os principais aprendizados das aulas anteriores e pergunte como os estudantes se sentiram ao longo dos dias após a atividade inicial e se gostariam de trazer reflexões sobre o tema discutido.

Introdução - 20 minutos

- Introduza o tema da aula.
- Distribua os papéis autocolantes a todos os estudantes.
- Convide os estudantes a escreverem individualmente o que a palavra paz significa para eles.
- Peça que colem suas respostas no quadro e, quando todos finalizarem, convide-os a se aproximarem do quadro e ler todas as respostas.



Atividade em grupos - 20 minutos

- Divida a turma em grupos de 3 a 5 estudantes.
- Distribua 1 folhas em branco para cada grupo.
- Convide os estudantes a refletirem sobre o que é preciso para construir uma cultura de paz e não-violência, registrando suas recomendações na folha em branco.
- Convide um representante de cada grupo para compartilhar as principais sugestões com toda a turma e registre no quadro as palavraschave.
- Em conjunto com toda a turma, escolha 5 recomendações que poderão ser adotadas por todos a partir dali e registre-as no quadro para que todos possam ler.

Conclusão - 10 minutos

- Com a turma reunida, convide os estudantes a compartilharem como se sentiram durante a atividade e quais descobertas fizeram.
- Pergunte à turma o que acharam da atividade e peça sugestões sobre como gostariam de continuar debatendo esse tema.
- Convide os estudantes a observarem seus comportamentos e se manterem atentos para, sempre que possível, seguir as recomendações acordadas em grupo ao final dessa atividade.
- Agradeça a participação de todos e coloque-se à disposição para conversas individuais.



ANEXO I

TIPOS DE VIOLÊNCIA

Violência Física

Uso da força física para controlar ou ferir alguém. Pode incluir socos, chutes, tapas, empurrões, entre outros atos que causem lesões físicas.

Violência Verbal

Uso de palavras, gestos ou expressões verbais que causam intimidação, medo, tristeza, humilhação ou outras sensações negativas, como gritos, xingamentos, insultos e piadas de mau gosto.

Violência Psicológica

Comportamentos contínuos que impactam a autoestima e a segurança emocional da vítima, como intimidação, manipulação, controle excessivo e chantagem emocional.

Violência Sexual

Qualquer forma de coerção sexual ou atividade sexual não consentida, como o estupro, abuso sexual, assédio sexual, exploração sexual, entre outros comportamentos que violam a autonomia e a dignidade da vítima.

Violência Moral

Comportamentos ofensivos que afetam a reputação e a autoestima da vítima e depreciam seus valores, crenças e integridade moral, como difamação, calúnia, boatos e exclusão social injusta.

Violência Digital

Qualquer comportamento no ambiente virtual que gere insegurança e viole os direitos de pessoas e/ou grupos, como o compartilhamento não autorizado de fotos íntimas, assédio, disseminação de notícias falsas e disseminação de discurso de ódio.

Violência Patrimonial

Controle ou destruição de bens materiais de uma pessoa, como o roubo, destruição de algum objeto e limitação do acesso a dinheiro/conta bancária, comprometendo sua autonomia.



ANEXO II

BINGO DOS DIREITOS HUMANOS

#1 - Igualdade

Todos nascem livres e iguais em dignidade e com direitos.

#5- Proibição da tortura

Ninguém deve ser submetido a tortura ou tratamento degradante.

#9- Proibição de prisão arbitrária

Ninguém deve estar sujeito a prisão arbitrária, detenção ou exílio

#13- Mobilidade

Você tem o direito de se mover livremente dentro e fora do seu país.

#17- Propriedade

Você tem o direito de possuir propriedade

#21- Participação política

Você tem o direito de participar politicamente no seu país.

#25- Condições dignas

Você tem o direito a uma vida decente, incluindo alimentos, roupas, habitação e saúde.

#29- Responsabilidade

A lei deve garantir os direitos humanos e todos devem promovêlos e respeitá-los.

#2 - Não discriminação

Você nunca deve ser discriminado por qualquer razão.

#6- Reconhecimento como pessoa perante a lei

Você tem o direito de ser tratado com dignidade perante a lei.

#10- Julgamento justo

Você tem direito a ser julgado publicamente e de maneira justa.

#14- Asilo

Você tem o direito de buscar asilo em outro país caso sofra perseguição.

#18-Religião

Você liberdade de crença e religião.

#22- Segurança Social

Você tem o direito a seguro social.

#26- Educação

Você tem o direito à educação.

#30- Inegociabilidade

Nenhum Estado, grupo ou pessoa pode violar ou retirar os seus direitos humanos.

#3- Vida, liberdade e segurança

Todos têm direito a vida, liberdade e segurança pessoal.

#7- Igualdade perante a lei

Todos devem receber tratamento igual perante a lei.

#11- Presunção de inocência

Você tem o direito de ser considerado inocente até prova em contrário.

#15- Nacionalidade

Você tem o direito a uma nacionalidade.

#19- Opinião

Você tem liberdade de opinião e expressão.

#23-Trabalho

Você tem o direito a um trabalho adequado e a se filiar ao sindicato.

#27- Cultura

Você tem o direito participar da vida cultural da sua comunidade.

#4- Proibição da escravidão

Ninguém será escravizado ou colocado em situação de servidão.

#8- Recurso legal

Você tem o direito de recorrer às instâncias competentes.

#12- Privacidade

Ninguém tem o direito de intervir em sua privacidade.

#16- Casamento e família

Você tem o direito de se casar e constituir uma família.

#20- Associação

Você tem o direito de se reunir e associar pacificamente.

#24-Descanso e lazer

Você tem o direito a descanso e lazer.

#28- Ordem social

Você tem o direito a uma ordem social que permita que você usufrua dos seus direitos e liberdades.

