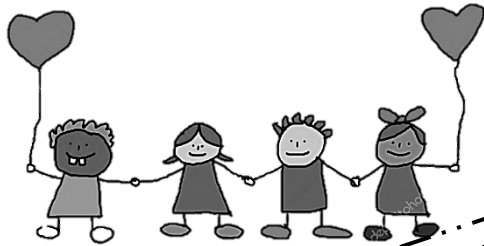


REFLEXÃO E
AÇÃO 4
maio/2017



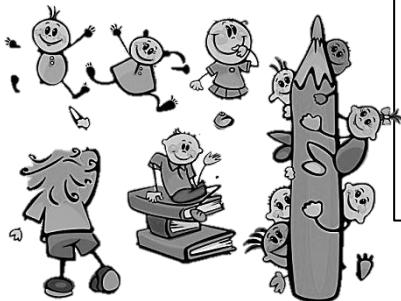
ALGUMAS DICAS PARA EVITAR A VIOLÊNCIA

Trate seus colegas, professores, irmãos e outros familiares com respeito, carinho e amizade, onde quer que você esteja: em casa, na sala de aula, no recreio, na educação física, no banheiro, nas escadas, no balanço, na piscina, na saída da escola...

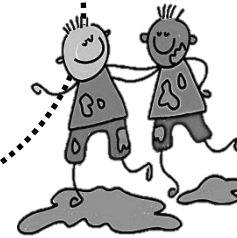


Dê a todos o tratamento que você quer receber fazendo pelas pessoas as coisas que deixariam você feliz. Tratando bem você será bem tratado...

Principalmente na escola, a calma e a paciência devem ser redobradas. É que nesse ambiente, estão juntas muitas crianças. Ao sair para o recreio, por exemplo, aguarde a sua vez. Correr e empurrar só cria confusão, além de poder machucar alguém.



**“NÃO HÁ
CAMINHO PARA A
PAZ. A PAZ É O
CAMINHO!”**
Gandhi

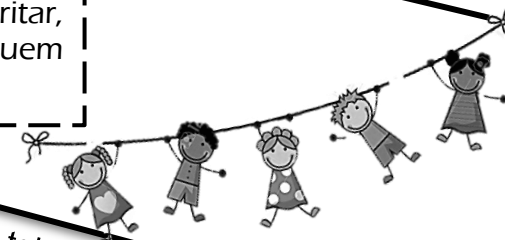


Se, mesmo com esses cuidados, alguém te ofender e você ficar com uma raiva danada, a conversa franca é o melhor caminho. Bater, chutar, dar soco ou rasteira, gritar, morder e dar cocão são atitudes de quem não se entende com um bom papo.

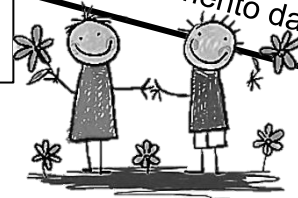
Ao sair de casa ou da escola muito cuidado! Evite acompanhar pessoas desconhecidas ou pegar carona com elas. E recuse as balas, picolés, chicletes ou presentes que elas te oferecem.



Em casa, separe um tempo para estudos e outro para lazer. Se você respeitar seus horários, seu tempo vai render mais e seu dia será mais tranquilo.



Se você for ver televisão, prefira os programas positivos, que passam longe da violência e são capazes de fazer você mergulhar num clima de prazer, tranquilidade e paz. Lembre-se: nascemos para a paz e devemos cultivá-la em cada momento da nossa vida.



Aproveite bem seu tempo de lazer. Jogos e esportes são bons para o corpo e para a mente. E há brincadeiras antigas, do tempo de seus pais, que são muito divertidas. Peça a eles para te ensinar amarelinha, maré, cobra-cega, roda, bente-altas, barra-manteiga, queimada, chicotinho queimado, cinco Marias e tantas outras...