

CONCURSO “UM RELACIONAMENTO SEM VIOLÊNCIA”

No âmbito do Projeto de Educação para a Saúde (PES) e do departamento de Línguas da Escola Secundária de Odivelas, os alunos das turmas 11º CPSI, 11º A, 7º H, 8º H e alunos de PLNM do ensino secundário, participaram no Concurso lançado pela Câmara Municipal de Odivelas.

Nesta iniciativa, os alunos foram convidados a escrever uma carta em prosa ou em poesia sob o tema “Um relacionamento sem Violência” e a desenvolver uma imagem ilustrativa da mensagem expressa no texto. Esta atividade teve como principal objetivo inspirar os jovens a refletirem sobre as suas percepções e ideais em torno de relacionamentos saudáveis, promovendo a empatia e o respeito mútuo.

Amor com Respeito

Querida Juliana,

Amar não é ferir, nem magoar,
É cuidar do outro, é abraçar.
Um coração que bate em sintonia,
Traz paz, respeito e alegria.

Num namoro não há espaço para dor,
Só para a verdade e calor.
Ciúmes não são prova de afeição,
É no respeito que vive a paixão.

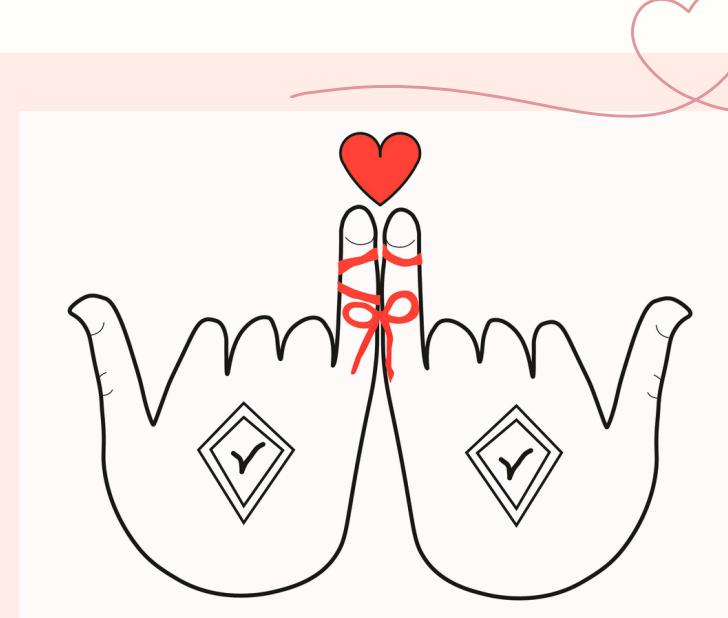
Palavras suaves, gestos gentis,
São as bases de um amor feliz.
Quem ama não controla, não limita,
Liberta, apoia e acredita.

Que os jovens possam sempre sonhar,
Com um mundo onde é seguro amar.
Sem gritos, sem lágrimas ou medo,
Mas com um futuro firme e sem segredo.

Amor saudável, sem violência,
É um caminho feito de paciência.
É crescer juntos, de mãos unidas,
Sem ferir, só a somar vidas.

Com amor,

O teu amor.



O amor saudável não sufoca, ele dá asas

Querido Carver,

Estou aqui para te contar como me sinto no nosso relacionamento. Estar contigo é como uma montanha-russa: temos altos e baixos, mas sempre resolvemos tudo com diálogo, nunca com gritos. Para mim, o respeito é o pilar de tudo isso. Sem ele, não estaríamos mais juntos. Respeitamos o que o outro sente e pensa, tentando sempre nos entender.

A confiança também é essencial. Sem ela, não há nada. Um relacionamento deve ser um lugar de segurança e paz, onde sabemos que não seremos julgados, mas apoiados. Não há espaço para gritos ou silêncios que machucam, apenas para a tranquilidade do mar. Claro, nem tudo é perfeito. Às vezes discordamos, mas resolvemos conversando. Lembra-te sempre que somos nós contra o problema, não o problema contra nós.

Amar-te é ter um porto seguro, saber que tenho alguém a quem recorrer no caos e na escuridão. É acreditar no futuro, mesmo quando algo dá errado, porque sei que vamos lutar juntos para dar certo. O amor de verdade não pesa nem machuca. Somos nós contra o mundo, e é isso que quero para nós.

Com carinho,
A tua pessoa preferida.

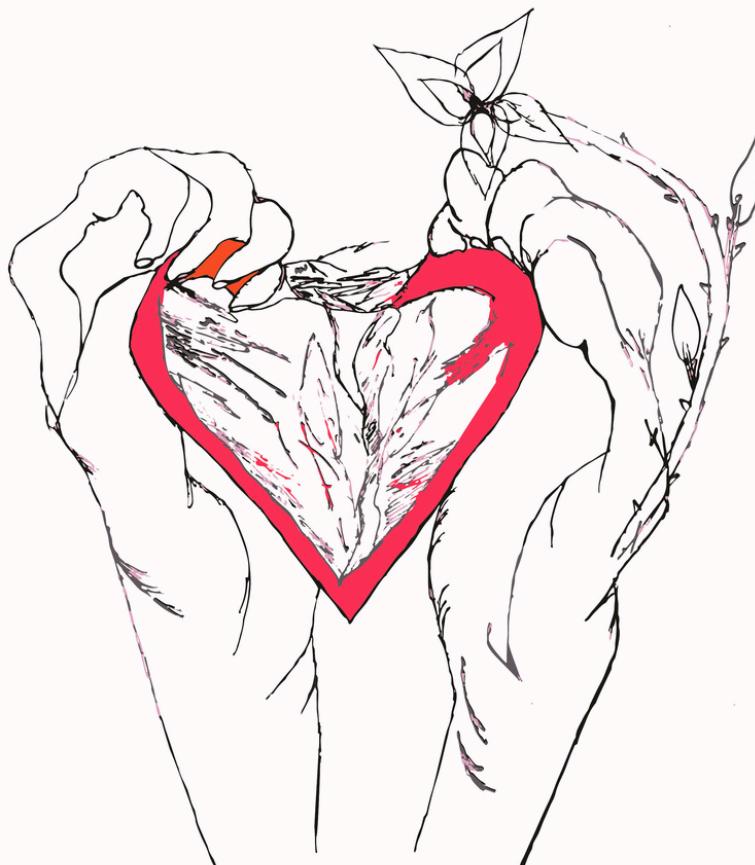


Fuga

Gritar e bater
Destroi o meu ser,
Com medo não percebia
A tua covardia, peguei nos sacos
E fui para a minha tia.

Se me amar e respeitar,
Leva-me ao altar!
Morro de medo,
De ser feliz,
Porque só conheço
O infeliz!

Diante da tua embriaguez,
Vou chorar mais uma vez!
Gostava de ser amada
Em vez de levar pancada.
Com respeito e amor,
Tudo tem mais sabor.



Amor de verdade

Olá meu amor,

Escrevo-te esta carta como demonstração do amor que tenho por ti e para te agradecer por tudo o que fazes e já fizeste por mim. Queria te agradecer por cada manhã a acordar ao teu lado, em que me dizes todos os dias que acordo bonita, por cada noite a adormecer no calor do teu abraço, que me protege do mundo, por cada beijo que me hipnotiza e me transporta para outra dimensão, e principalmente, por cada “amo-te”, que me faz arrepiar como se fosse a primeira vez que ouvisse essa palavra. O que eu sinto por ti é um sentimento muito maior que amor, é um sentimento que me faz querer passar todos os segundos da minha vida ao teu lado, cuidar de ti, e acima de tudo fazer-te feliz. Amo-te mais que tudo e o que me faz ser tão apaixonada por ti é saber que o sentimento é recíproco. Obrigada por estares sempre lá para mim, por me compreenderes, por me aceitares como sou e por nunca me julgares.

