







EMPODERE-SE!!

O jogo *Minhas Escolhas* tem como objetivo te apoiar no seu percurso de empoderamento, a partir da revista *Trilha de empoderamento de meninas*. Cada passo do jogo foi pensado para que você possa refletir sobre situações que já vivenciou ou poderá vivenciar no seu dia a dia.

Cada carta apresentará uma situação diferente e uma indicação de em qual parte da revista você poderá encontrar informações que te ajudem a solucioná-la.

Você poderá jogar sozinha ou acompanhada. Afinal, a trilha que você percorreu é tanto um caminho para você conhecer melhor a si mesma quanto uma reflexão coletiva, pois, como sabemos, é papel de todas as pessoas construir uma sociedade mais justa e igualitária para meninas e mulheres.

Aos poucos, você poderá entender que papel você quer ocupar na transformação da sociedade. É importante que essas mudanças ocorram não só a partir de você, mas também de todos que a cercam, pois o empoderamento depende do que ocorre na sua família, no local em que você estuda e na sociedade como um todo.

Por essa razão, é essencial que você construa redes de apoio para alcançar as mudanças que você acredita serem importantes. O jogo pode permitir que você converse sobre situações que acontecem diariamente na vida de meninas e mulheres com aquelas(es) com quem você acha necessário dialogar - sejam pessoas da sua família ou suas(seus) amigas(os).

Se jogar sozinha, você pode embaralhar as cartas, selecionar uma delas de cada vez e refletir sobre como reagiria à situação apresentada nela. Se já tiver lido a revista, mas ainda assim achar necessário, pode retornar ao conteúdo dela para pensar sobre qual a melhor forma de solucionar a situação.

Se jogar acompanhada, você pode embaralhar as cartas, selecionar uma delas e debater com as(os) outras(os) jogadoras(es) como reagir a cada situação. Juntas(os), vocês podem checar os conteúdos da revista *Trilha de empoderamento de meninas*, ler as informações de cada passo, ver o material da seção "Para saber mais" - e, quando for o caso, da seção "Fique de olho" - para encontrarem a melhor forma de lidar com cada situação.

Sozinha ou acompanhada, lembre-se de que não existe uma única resposta correta. Você(s) deve(m) chegar a soluções que envolvam reflexões e que estejam de acordo com as escolhas que uma **menina empoderada** faria.

Nós esperamos que você se divirta sozinha ou junto de suas(seus) amigas(os) e familiares. Bom jogo e boa sorte!





Imagine que você está fazendo um trabalho da escola ou da faculdade com um grupo de colegas. Porém, você nota, no decorrer da atividade, que as pessoas não estão fazendo a parte delas. Elas ficam esperando que você faça tudo sozinha. Como você reagiria a essa situação?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 1. Ser assertiva", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você tem um irmão mais velho. Ele tem bastante tempo para se dedicar às próprias atividades e ao lazer. Você, no entanto, faz toda a tarefa doméstica sozinha. Como você faria para explicar para sua mãe e para o seu irmão a importância de que você e ele dividam as tarefas domésticas?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 1. Ser assertiva”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você tem um irmão ou uma irmã que, todas as vezes que sai do banho, deixa a toalha em cima da cama ou jogada no chão. Você já explicou a ele(a), muitas vezes, o quanto isso é problemático. Ele(a), no entanto, continua esquecendo de pendurar a toalha no lugar certo sempre que sai do banho. Como você resolveria essa situação?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 2. Ter consciência de gênero”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Chegou o final do ano e vocês vão dar uma festa, na escola, para encerrar as aulas. Quando o(a) professor(a) começa a perguntar quem vai ficar responsável por cada tarefa de organização do evento, os meninos se prontificam a levar as bebidas, enquanto as meninas dizem que ficarão responsáveis por levar as comidas e limpar o espaço quando a festa acabar. Diante disso, o que você diria para a sua turma?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 2. Ter consciência de gênero”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Tem uma quadra em seu bairro. Os meninos se juntam lá todos os finais de semana para jogar futebol. As suas amigas também queriam jogar, mas acham que os meninos não darão abertura para que elas também ocupem esse espaço. Como você acha que essa situação poderia ser resolvida?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 2. Ter consciência de gênero”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

O seu amigo tem um filho de cinco anos. Sempre que a criança te vê, vai até você, te abraça e corre para brincar com a sua irmã, porque ambos têm a mesma idade. O filho dele adora brincar de boneca com a sua irmã. O seu amigo te procurou para conversar sobre isso e lhe disse que não gosta que o filho aja assim e que tem medo de qual será a orientação sexual do menino quando crescer. Ele entende os gostos do filho como problemáticos. O que você diria ao seu amigo?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 2. Ter consciência de gênero”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você está participando de um projeto de contar histórias para crianças do seu bairro. Após apresentar a história de uma princesa que é negra, você ouve de uma garotinha negra que ela não gostaria de ser como é - o sonho dela é ser branca. Como você acolheria essa criança?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 3. Ter autoconfiança corporal", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você está na praia com os seus amigos. Todos estão se divertindo. Você vai dar um mergulho no mar. Quando volta, nota que todos estão rindo. Ao perguntar do que eles riem, ouve como resposta que é de uma moça gorda que está usando biquíni. Eles te perguntam: como pode uma gorda de biquíni? Como você reagiria a essa situação?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 3. Ter autoconfiança corporal”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você gosta muito de um garoto. Já faz um tempo que estão saindo e ele te pediu em namoro. Quando vocês vão transar, ele te diz que, agora que vocês são namorados, não precisam mais usar camisinha. Inclusive, você faz uso de pílula anticoncepcional e, de acordo com ele, é óbvio que não vão trair um ao outro. Logo, ele conclui que não existe a possibilidade de você engravidar, nem de vocês pegarem uma infecção sexualmente transmissível. Como você lidaria com essa situação?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 4. Estar informada sobre saúde sexual e saúde reprodutiva", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Uma amiga pede para conversar com você. Ela está visivelmente desconfortável com o que precisa te falar. Depois de você insistir um pouco para que ela diga o que queria dizer, ela te conta, com os olhos cheios de lágrimas, que acha a vagina dela feia. Diz que não se sente à vontade para transar com a luz acesa e que já não sabe como explicar o motivo disso para o(a) namorado(a) dela. O que você diria para ela?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 4. Estar informada sobre saúde sexual e saúde reprodutiva", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Ao entrar no banheiro de uma festa, você vê uma situação esquisita. Algumas mulheres tentam impedir outra mulher de entrar no banheiro. Você se aproxima e descobre que estão tentando impedi-la porque ela é uma mulher trans. O que você acha que poderia fazer diante dessa situação?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 5. Desfrutar de direitos sexuais e direitos reprodutivos”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você vai dormir na casa de seu(sua) namorado(a). Você está com muita saudade e ansiosa para que façam sexo. Não há, no entanto, nenhum ânimo por parte de seu(sua) parceiro(a). Ele(a) te diz que naquele dia não está com vontade de fazer sexo, só de ficar juntinho(a) de você. O que você responderia para ele(a)?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 5. Desfrutar de direitos sexuais e direitos reprodutivos”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Sua prima chega desesperada para conversar com você. Ela te diz que terminou o relacionamento com o antigo namorado porque se apaixonou por outra pessoa. Conta que o ex-namorado dela, no entanto, não está aceitando o término. E, por conta disso, começou a ameaçá-la dizendo que ia publicar, na internet, fotos em que ela aparece nua. O que você aconselharia sua amiga a fazer?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 6. Viver livre da violência baseada em gênero", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

A sua amiga (ou o seu amigo) te diz que precisa ter uma conversa muito importante com você. Ela (ou ele) está passando por um momento familiar muito difícil. A mãe dela (ou dele) foi demitida do trabalho e ela (ou ele) vai precisar ajudá-la com as contas de casa. A única saída que ela (ou ele) enxerga, diante disso, é deixar a escola e procurar um emprego em tempo integral. O que você diria para ela (ou ele)?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 7. Ser economicamente empoderada”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você recebeu uma proposta muito boa de trabalho. Ela que te permitirá começar a faculdade que você tanto deseja. O seu pai, no entanto, diz que você não poderá aceitar a proposta, porque não tem outra pessoa para cuidar da sua irmã mais nova. O que você faria diante disso?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 7. Ser economicamente empoderada”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

Você está muito empolgada conversando com o seu amigo sobre o projeto “Minhas Escolhas”. Conta para ele que deseja muito se tornar uma menina empoderada. Ele te pergunta do que se trata essa proposta. Quando você finaliza a explicação, ele te provoca dizendo que machismo não existe, que você está caindo em uma cilada e que isso tudo é “mimimi”. O que você responderia para ele?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no “Passo 8. Dialogando gênero”, da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.

O(a) seu(sua) namorado(a) está muito(a) bravo(a) com você. Desconfia que você não seja apenas amiga do seu melhor amigo. Cheio de ciúmes, ele(a) justifica o próprio comportamento falando que não existe amizade entre homem e mulher. O que você diria para ele?

Você pode encontrar informações para te auxiliar nessa situação no "Passo 8. Dialogando gênero", da revista *Trilha de empoderamento de meninas*.



**MINHAS
ESCOLHAS**

 **PLAN**
INTERNATIONAL

unicef 
para cada criança